

KUPUJTE IBA OD PREDAJCU S PREUKAZOM

# NOTA BENE

**2,40€** polovica pre predajcu

**Január 2022/246**



# ZMENA

# DARUJ DOMOV

ILUSTRÁCIA NA OBÁLKE: Sasha Chagina



Prenajímam byt predajkyni NOTA BENE za dostupnú cenu, lebo verím, že stabilné bývanie je prvým krokom pri návrate do bežného života.

Adela Banášová, moderátorka

Pomôžme predajcom NOTA BENE získať domov v prenajatých bytoch.

Prispejte na zbierku na  
**[www.pomahatjelahke.sk](http://www.pomahatjelahke.sk)**  
alebo pomôžte prenájmom bytu v Bratislave.



**Rozhovor**  
Nepotrebujem  
každému vyhovieť

4



**Téma**  
Ďakujeme za dážď

8



**Téma**  
Pätnásta sezóna

12



**História**  
Nemali na výber

16



**Reportáž**  
Život na zmeny

22



**rozhovor**  
Na jednej lodi

26



**Pútnik**  
Čeluste naživo

34



**Všetko sa  
mení**



Kedysi som túžila po predvídateľnom živote. Bez neistôt a (nepríjemných) prekvapení. Až neskôr mi došlo, aké by to

bolo nudné. A aj nemožné. Zmeny sa dejú bez ohľadu na to, či ich do svojho sveta pozývame, alebo nie. Čím úpornejšie sa to-  
muto faktu bránime, tým tvrdšie väčšinou narazíme. „Všetko, k čomu sa v živote up-  
neš, sa zmení v opak,“ výstižne komentuje hrdina nezabudnuteľného Jakubiskovho filmu Vtáčkovia, siroty a blázni.

Niektoré zmeny prídu veľmi vhod, iné menej. Niektoré sú tragické a vyrovnáť sa s nimi stojí veľa času a síl. Nech už nás zasiahnu v dobrom či v zlom, nikdy presne nevieme, kam nás môžu doviesť. Práve zvedavosť môže byť motorom, ktorý nám pomôže ísť ďalej aj v najťažších chvíľach. Veľkou inšpiráciou sú ľudia, ktorí si tie zlomové momenty odžili pred nami. V tomto čísle si môžete prečítať o hercoch Divadla bez domova - Ľudoch, ktorí stratili domov, prekonali ťažké choroby alebo ich telo funguje inak než u väčšiny. Na zmeny sú vytrénovaní. Rátajú s tým, že plány sa môžu zhaŕť aj v poslednej chvíli. Nie že by im to nebolo ľúto. Niekedy to obzvlášť zabolí, no dokážu sa prispôbiť. Idú ďalej, tak ako nedávno, keď dva dni pred ich medzinárodným divadelným festivalom prišiel lockdown. Našli spôsob, ako festival urobiť v prázdnom divadle a podarilo sa im dodržať program takmer na sto percent.

Zmeny nás udržujú v pohotovosti, nútia nás myslieť inak a odvážiť sa na cesty, na ktoré by sme sa z vlastnej vôle nevybrali. Schopnosť prispôbiť sa má v sebe každý. Naše telo je také múdre, že nás na niektoré zmeny pripravuje ešte skôr, než prídu. Do istej miery dokonca toleruje aj taký vážny zásah, akým je práca v nočnej službe.

V poslednej dobe sa veľa hovorí o tom, že svet sa už asi nikdy nevráti do starých kolají. To je trochu zavádzajúce, pretože sa menil aj predtým, ako nás zaskočila pandémia. Síce nebadanejšie, ale už vtedy mnohé smerovalo k zmenám, ktoré sa len ťažko budú dať zvrátiť. Antarktída bude možno onedlho bez snehu, no nemusíme sa tomu nečinne prizerať. Môžeme byť ako farmár Kisilu z článku Ďakujeme za dážď. Nečakať a meniť zaužívané postupy tak, aby sme prežili.

Dagmar Gurová, redaktorka

NOTA BENE

1 2022


Editoriál

3





# Nepotrebujem každému vyhovieť

 Karol Sudor  Alan Hyža

*Kto iný už má pomáhať, ak nie ľudia ako ja a môj manžel, pýta sa Adela Vinczeová. V programe Bývanie NOTA BENE prenajali byt za cenu nákladov klientke bez domova.*

„Ak pomôžeme slabším, aby sa mali lepšie, lepšie sa bude mať celá spoločnosť, a teda aj my sami. Naozaj som neurobila nič geniálne, je to úplne normálne,“ tvrdí známa moderátorka Adela Vinczeová, ktorá s manželom kúpila byt a za nákladovú cenu ho prenajíma človeku bez domova.

**Už takmer dva roky zažívame zásadnú zmenu, ktorá sa dotkla celého sveta – pandémie korony. Ako na vás dolahla?**

Na mňa osobne nijako, hoci sa mi to vraví ťažko, keď vidím, koľkých ľudí sa dotkla priam bytostne a existenčne. Nič zásadné sa nezmenilo v mojom pracovnom ani súkromnom živote. S manželom Viktorom nemáme deti, takže nemusíme riešiť, kam ich dať, keď sú zatvorené školy, ako sa nastaviť na online vyučovanie, ako zladiť chod domácnosti s prácou a podobne. Je to zvláštne, ale počas pandémie som ani raz nemala strach z toho, čo bude. Mnohí ľudia sa boja o prácu, podnikanie, majú strach z vakcín, z preplnených nemocníc. Neprišlo to na mňa dokonca ani vtedy, keď na covid-19 vážne ochoreli moji rodičia. Starala som sa o nich, ale podvedome som vedela, že to dopadne dobre. Samozrejme, s manželom veľmi citlivo vnímame, že pandémie výrazne polarizuje spoločnosť. Aj v rodinnej komunikácii sme zrazu začali otvárať témy a riešiť napätia, ktoré sme predtým vôbec nepoznali. Opakujem však – ťažko sa mi o tom rozpráva, keďže moje životné podmienky sú šťastné.

**Vášho otca často kritizujú, napríklad za to, že mal donášať ŠtB, alebo za to, že zľahčoval covid-19, až kým sám neochorel. Odhliadnuc od toho, že deti nijako nemôžu za svojich rodičov, ako ste to znášali?**

Bola to zaujímavá skúsenosť. Snažím sa nebrať tieto veci osobne. Moji rodičia sú predovšetkým mojimi rodičmi. Som im vďačná za to, že som mohla vyrastať

v inšpiratívnom prostredí, v ktorom sa ľudia veľa vzdelávajú a pracujú na sebe. Do života mi dali veľmi veľa. Ak je niekto presvedčený, že otec bol eštebák, nech tomu pokojne verí. Pre mňa je podstatné, že viem, aká je pravda. Poznám ho. Keď mal na koronu iné názory ako ja, bola to pre mňa dobrá lekcia v tom, aby som neprepadala ilúzii, že môj otec rovná sa jeho postoj k tejto téme. Že sa v niektorých veciach nezhodneme? Čo je na tom? Nebudem sa nad tým rozčuľovať, nikdy nevieme, dokedy tu ešte spolu budeme. Nemienim si vzťah k otcovi pečiatkovať na základe spoločenských nálad. Opakujem – bola to zaujímavá lekcia v tom, aby som dokázala vnútorne prijať, že môj otec je pre niekoho kontroverzný, a teda sa tým netrápiť. Veď aj ja pre mnohých som. Pre mňa je zaujímavé debatovať s ním ako s človekom, ktorého ľúbim, a zároveň ako s inteligentným človekom, hoci sme sa každý rozhodli na obdobie korony pozeráť trochu inak. Nehádame sa preto, neublížujeme si, jednoducho o tých veciach debatujeme tak, aby sme si na druhý deň mohli opäť v pohode zavolať.

**Vždy som z vás mal pocit, že sa neustále snažíte zmieriňovať napätia medzi rôznymi názorovými stranami. Akási neustála, občas až naivná viera v dobro.**

Zmierovanie ako také je v poriadku. To, že niekoho chápem, hoci má iný názor ako ja, neznamená, že jeho názor legitimizujem. Ak sa snažím pochopiť násilníka či vraha, neznamená to, že nepatria do basy. Pri očkovaní proti covidu-19 sme sa však dostali na hranicu, keď zmierovanie dvoch názorových strán nemá zmysel. Inú cestu ako očkovanie zatiaľ nepoznáme. Ak mi dnes niekto povie, že som sa dala zaočkovať ako ovca, odpovedám mu, že v tomto by sme mali byť ovce a že som tou ovcou rada. Je potrebné tvoriť jednotné stádo, lebo na tom funguje princíp kolektívnej imunity. A hoci by som si nedovolila nazvať ovcou

niekoho iného, tu so zveličením dodám, že aj tí, čo sú proti očkovaniu, môžu byť považovaní za ovce, akurát za také, čo to stádo zdržujú. Všetci žijeme v jednom košiari.

**Od čias vašich začiatkov v televízii po dnešok, keď moderujete veľké projekty, ubehli roky. Speváčka Lucie Bílá mi raz spomínala, že keď sa človek stane „verejným majetkom“, okrem slušných benefitov, ktoré prináša popularita, prichádzajú aj strašné kopance.**

Je to o tom, ako si to človek nastaví. Ak si bude stále hovoriť, že popularita je obťažujúca, ako strašne sa k nemu správa bulvár, ako by chcel mať pokoj, bude sa to odrážať aj v realite. Ja z domu nikdy nevychádzam s vedomím, že som známa osoba a ktovie, kto všetko ma dnes bude obťažovať, kto ma kde nafotí a aké problémy z toho vyplynú. Beriem to tak, že idem normálne do práce – do televízie, do rádia, do strižne, na poradu, že musím stihnúť električku a podobne. Odkedy to mám v hlave takto nastavené, v podstate nič v živote ma neotravuje, nezaťažuje. O čom je popularita? Som jedna z figúrok na spoločenskom a životnom hracom pláne a veci, ktoré sa mi dejú, ma obohacujú. Všetci si slobodu nastavujeme vlastnými postojmi.

**Vás sa nijako nedotýka, ak vám bulvár lezie do súkromia? Ak sa zaujíma o vaše vzťahy s mužmi, o manželstvo, zdravie, tehotenstvo, postavu, plastiky, zárobky? Vás nezabolí, keď sa verejne rieši informácia, že ste prišli o dieťa?**

Keď mám čas, s bulvárom komunikujem, ale zásadne cez esemesky, aby bolo jasné, čo a ako som uviedla. Osobne mám s bulvárnymi novinármi normálne skúsenosti. Robia si svoju prácu. Niekedy sa až smejem, ako dobre ju robia, ako totálne banálny článok dokážu predať cez absurdný titulok. Napíšu napríklad titulok s otázkou, koho mám v spálni, a z textu vyplynie, že ide o obraz od konkrétneho maliara. Navyše



nemôžem za to, že niekto sa článkom o mne zaoberá dlhšie ako dve minúty. Celé je to len hra. Bulvár je dobrá škola na to, aby človek poznal svoje ego.

Jedna vec je, keď bulvár píše o banalitách, prípadne vás nafotí, ako vy-

**nášate smeti. Iná vec je, keď vyslovene klame. Zdeněk Svěrák či Viktor Preiss boli pre články v bulvári na antidepre-sívach.**

O mne bulvár natvrdo klamal asi dvakrát. Raz si vymyslel, že žijem s nejakým ženatým majiteľom obchodu, na druhú lož si už ani nespomínam. Čo s tým však ja mám? Že bulvár veci nafukuje, zveličuje, prikrášľuje? Beriem to tak, že je to jeho úloha. Okrem toho po nejakom čase si to už nikto nepamätá. Napríklad vôbec netuším, aké „kauzy“ mali páni spomínaní v otázke. Dokonca si myslím, že z istého pohľadu je vlastne dobre, ak o mne bulvár napísal, že som prišla o dieťa. Je to niečo, čo sa možno dotkne aj iných ľudí. Môžu si povedať, že aha, nie sme v tom sami, veď sa to stalo aj Adele. Všetko, čo sa deje, teda má nejaký zmysel.

**Jednou zo zásadných zmien vo vašom živote bolo, keď ste ako gymnazistka začali nahrávať ankety pre Teleráno v Markíze. Na obrazovke vás nebolo vidieť, maximálne tak ruku s mikrofónom.**

Áno, bol to dôležitý začiatok, ale už predtým, ako štrnásťročná, som sa dostala ako hostka do televízie VTV. Bola som tam celkom zhovorčivá, tak mi navrhli, aby som prišla na kurz na miesto moderátorky. Prešla som do užšieho finále a dokonca som s Dagom Palovičom moderovala jednu celú reláciu naživo. Vtedy ma to chytilo, zdalo sa mi to príjemné aj zábavné. Keď potom prišla ponuka robiť „ruku s mikrofónom“, ihneď som sa prihlásila. Okrem mňa to prakticky nik nevydržal robiť, bola tam strašná fluktuácia. Strávila som tam tri roky, dlho zadarmo, neskôr mi začali platiť. Pre stredoškoláčku to bola veľká vec už len preto, že som mala ako prvá či druhá v škole mobilný telefón. Rodičia mi ho kúpili, aby som cez prestávku nemusela volávať zo školskej telefónnej búdky, či ma v ten deň potrebujú v Markíze.

**A potom prišiel posledný veľký konkurz pre ľudí zvonku na moderátorov Fun rádia.**

Presne tak. Tam mi nepochybne pomohli skúsenosti z Telerána. Navyše, Fun rádio som odmalička milovala. Dostať sa tam bola veľká vec. Dodnes si pamätám, ako som sedela v krme Stoka, a zavolali mi, že postupujem do užšieho výberu. Vtedy platilo, že jedna vec je dostať sa do rádia, a iná vec je dostať sa do Fun rádia.

**V tej istej budove sídlilo aj rádio B1, kde vtedy moderoval ešte neznámy Sajfa.**

Rádio B1 bolo dokonca na tom istom poschodí. Stretávali sme sa, debatovali, a hoci sa mi zdal na začiatku strašne čudný, zistila som, že spolu až neskuťočne ladíme. Sajfov humor a názory ma veľmi bavili, a keď mi vo Fun rádiu po štyroch rokoch ponúkli každodenné vysielanie v takzvanom „drive time“, povedala som, že to sama nedám. Vyžiadala som si partáka a na dlhé roky sa ním stal Sajfa.

Asi najväčšia zmena vo vašej kariére nastala s prvou Superstar, ktorú

**ste v roku 2004 moderovali s Pycom. Odvtedy ste na obrazovkách prakticky bez prestávky.**

Bola to najdôležitejšia zmena z hľadiska popularity. Ako dovtedajšia moderátorka Fun rádia a občasná glosátorka v relácii Sedem s r. o. som zrazu solumoderovala najväčšiu večernú šou. Naraz mi počas prestávok volávali deti zo škôl, párkrát som si musela meniť telefónne číslo, na chate na Donovaloch mi decká vrieskali pod oknami... Bolo to obdobie náhlej a drsnej popularity, doslova výbuch, ale po krátkom čase sa všetko upokojilo.

Čo to robilo s vaším egom?

Bolo veľkou výzvou, aby nám vtedy neodstrelilo „dekel“, lebo keď sme s Pycom schádzali po schodoch v NTC, odkiaľ sa každý týždeň vysielalo naživo, ľudia pišťali, akoby sa z nebies zniesol Ježiš Kristus. Bolo to intenzívne, ale, našťastie, netrvalo to dlho. Ja som sa vtedy nezačala preceňovať, skôr podceňovať, lebo kdekto riešil, prečo to moderuje niekto s takým nosom, prečo nevyzerám inak a podobne. Práve tam som sa naučila, že nepotrebujem každému vyhovieť.

**Kto na moderovanie vybral vás s Pycom?**

Dostala som sa k tomu vďaka konkurzu, na ktorý prišli aj rôzni iní moderátori. Nemala som dobrú náladu, zdá

sa mi, že dokonca práve v ten deň sme dali „uspať“ nášho psa. Povedala som si, že veď pôjdem a uvidím. Najskôr som mala moderovať iba zákulisie s Brunom. Súhlasila som, lebo v článkoch médií sa písalo, že hlavnou moderátorkou bude Andrea Verešová alebo Dara Rolins. Až neskôr mi došlo, že to bol zámerný marketing zo strany STV, aby udržal v pozornosti tému moderátorov. Nakoniec vysvitlo, že to dostanem ja s Pycom. Bol to odvážny krok. Dnes by ani nebol možný, lebo neopozerané tváre v takýchto programoch nedostávajú šancu. A hoci s Petrom Núñezom už dlhšie nespolupracujem, za toto som mu vytrvalo vďačná, lebo ma ten projekt doslova vystrelil.

Bol to ten bod, keď ste už mohli

**dovoliť ďalšiu zmenu, konkrétne zvýšiť svoju cenu na trhu?**

S tým som práveže vždy mala problém. Mám ho dodnes. Všetci mi hovoria, že by som si mohla pýtať viac, ale príliš to neviem. Pamätám si aj na to, ako som nemala odvahu maskérke povedať, že sa mi nepáči, ako ma líči. Mala som pocit, že ešte si to nemôžem dovoliť. Určite sa však Superstar stala bodom, keď som sa začala preklápať z pozície „buď rada, že dostaneš príležitosť“ do pozície „už tomu projektu prinášam benefity, a tak mám právo na svoju cenu aj očakávania“.

Čo vám hovorí klimatická zmena?

Povinnosť, aby som kultivovala svoje návyky a správala sa zodpovedne. Napríklad tým, že vo volebnej miestnosti to hodím niekomu, kto bude zastupovať aj túto tému. Osvetu sa snažím robiť aj na sociálnej sieti, hoci môj manžel je v tom oveľa ďalej. Nedávno sme triedili veci a uvedomili sme si, koľko produktov vzniká zbytočne. Zbytočne vytvárajú ekologickú stopu a úplne chorý systém. Dôležité je uskromnenie sa, lebo už to samo o sebe znižuje našu ekologickú stopu. Po Bratislave nejazdíme veľmi autom, ale MHD, kam sa dá, ideme pešo, obmedzujeme spotrebu mäsa aj nákup zahraničných potravín, triedime odpady, zbierame dažďovú vodu, kompostujeme. To sú veci, ktoré môže robiť každý z nás.

S manželom ste poskytli byt za nákladové nájomné do programu Bývanie

**NOTA BENE. Už viac ako rok v ňom máte klientku, ktorá predtým nemala domov. Čo vás to naučilo?**

Že na ulici sa ocitá fakt pestrá škála ľudí. Viacerých som trochu viac spoznala po tom, čo som v lete počas



pandémie raz týždenne chodila ľuďom bez domova roznášať obеды, napríklad

do záhradných chatiek. Videla som, že tie osudy sú rôzne a že ich nemôžeme odsudzovať, lebo sme nechodili v ich topánkach. Uvedomila som si aj to, že ak ideme niekomu pomáhať, musíme sa zbaviť vlastných očakávaní z bežného sveta. Nemôžeme žiadať, aby nám bol niekto vďačný, lebo sme mu pomohli zmeniť život, nemôžeme chcieť, aby nám božkával ruky či nohy. Musela som sa od toho odstrihnúť a pochopiť, že tým ľuďom musíme dať slobodu, aby svoj posun urobili podľa seba.

Dávali ste si nejaké podmienky, kto

**môže bývať vo vašom byte?**

Vopred som občianskemu združeniu priznala, že na manažovanie toho celého nebudem mať dosť času, ale zásadné podmienky sme asi nemali. Zrejme by som nechcela, aby tam žil ťažko závislý človek. Proti prúdu nakoniec našlo klientku, ktorá je fajn. Jasné, občas sú v tom prekvapivé momenty, ale to je v poriadku.

Týmto ste sa stali jednou z tvári

**zavádzania systému „housing first“. Nebáli ste sa, že ak to nebudaj navyjde, mnohí budú práve na vás ukazovať prstom, že „aha, oni chceli pomôcť, aj tak sa to skončilo fiaskom“. Iná vec je, že podľa výsledkov si z 25 klientov, ktorým sa takto pomohlo, udržalo bývanie viac ako 90 percent. To znie pozitívne.**

Na začiatku sme na to nemysleli, zaoberať sme sa tým začali až dodatočne. Keby to nevyšlo, lebo klient či klientka by neboli schopní v tom byte normálne fungovať, zmluvu by sme ukončili presne tak, ako by sme to urobili aj pri bežnom komerčnom klientovi. Strach



sme preto nemali, navyše s tými ľuďmi pracujú kvalitní sociálni pracovníci.

Keby na to však naozaj došlo, dali by sme tomu druhú či tretiu šancu. Jedno individuálne zlyhanie by nemalo pochovať skvelý projekt ako taký. Aj ja som sa v živote s nejedným partnerom rozišla, aby som si neskôr našla ďalšieho. Rozchod predsa neznamená, že zanevriem na lásku a partnerský vzťah. A prípadné zlyhanie jedného nájomníka neznamená, že zanevriem na nájomníkov ako takých. Naša zatiaľ viac ako ročná skúsenosť je taká, že klientka platí pravidelne a načas. Nevidíme žiadne zásadné problémy, hoci je jasné, že naše predstavy o bývaní sú občas trochu iné než klientkine. Nejde však o nič zásadné, preto silno predpokladám, že zmluvu obnovíme aj po dvoch rokoch.

Je pre klientov dôležité, aby mali dlhodobé zmluvy?

Jasné. Súvisí to s ich existenčnými strachmi. Boja sa, že ich majiteľ bytu hocikedy vyhodí a opäť skončia na ulici. Väčšinu svojej energie tak strácajú práve v strachu. V projekte je to nastavené tak, aby sa nebáli. Až keď sa cítia v bezpečí, môžu sa normálne rozbehnúť aj v ostatných oblastiach života. Aj na našej klientke sme videli, že sa bojí. Vždy, keď sme niečo povedali, okamžite bola v strehu, čo spravíme, ak by nebudaj ne splnila niečo, čo sme navrhli. Nakoniec pochopila, že nefungujeme štýlom „ak nebude všetko podľa nás, do týždňa vás vyhodíme“. Jej dôvera je základ.

Čím vás presvedčil samotný projekt?

Tým, že je zjavne funkčný. S ľuďmi zo združenia Proti prúdu som v ľah-

**ADELA VINCZEOVÁ (1980) sa narodila v Bratislave, vyštudovala kulturológiu na Filozofickej fakulte UK v Bratislave. Dlhé roky pôsobila ako moderátorka vo Fun rádiu, kde vytvorila známu dvojicu s Matejom „Sajfom“ Cifrom. Od roku 2004, keď spolu s Martinom „Pycom“ Rauschom moderovala prvú sériu speváckej súťaže Slovensko hľadá Superstar, patrí k najžiadanejším televíznym moderátorkám veľkých zábavných programov. Aktuálne moderuje reláciu Chart show na Markíze, účinkuje v súťaži Milujem Slovensko v RTVS a v rovnakej televízii moderuje diskusnú reláciu Trochu inak s Adelou. Jej manželom je moderátor spravodajstva Markízy Viktor Vincze.**

kom kontakte pomerne dlho, poznám

ich prácu, párkrát som moderovala aj ples pre ľudí bez domova. Poznám teda viaceré osobné príbehy ľudí na ulici a viem ich pochopiť. Sandra Pazman Tordová mi ponúkla krásny argument – ak človek bez domova príde večer do ubytovne, nemá tam svoje súkromie, stále je v tom istom svete, ktorý mu neumožňuje odraziť sa. Kto celý deň rieši, ako prežiť, kde večer skloní hlavu, nemá možnosť sa plnohodnotne zaraďiť späť do bežného života. Preto je bývanie základ. Na druhej strane, ja vďaka svojej práci zarábam a mám teda rôzne možnosti, ako pomôcť. A kto iný už má pomáhať, ak nie ľudia ako ja a môj manžel? Navyše, byť je vždy dobrá investícia. Mohla som ho síce prenajať aj za komerčnú sumu, ale načo, keď to nepotrebujem a môžem pomôcť tomu, kto je v núdzi? Je to win-win situácia. A je tu ešte jedna dôležitá vec, ktorú si príliš neuvedomujeme. Ak pomôžeme slabším, aby sa mali lepšie, lepšie sa bude mať celá spoločnosť, a teda aj my sami. Naozaj som neurobila nič geniálne. Je to úplne normálne.

<b>DARUJTE DOMOV</b>
<p>Program Bývanie NOTA BENE môžete podporiť na <a href="http://www.pomahatjelahke.sk">www.pomahatjelahke.sk</a>.</p>
<p>Ak chcete prenajať byt v Bratislave a blízkom okolí, prosím, kontaktujte nás na <a href="mailto:socialna.agentura@notabene.sk">socialna.agentura@notabene.sk</a> alebo volajte 0905 812 175.</p>
<p>Ďakujeme.</p>

NOTA BENE

1 2022

Rozhovor

NOTA BENE

1 2022

Rozhovor





# Ďakujeme za dážď



Jana Čavojská



Julie Lillesæter, Banyak Films & Differ Media 2017

*Dokumentárny film o tom, ako zmeny klímy, vyvolané v prvom rade činnosťou ľudí vo vyspelých krajinách, spôsobujú problémy kenským farmárom, podnietil debatu o klimatickej spravodlivosti.*

spomína producent filmu Hugh Hartford. „Tie nám potom posielal do Spojeného kráľovstva.“

## Suchá aj záplavy

Za päť rokov, počas ktorých film vznikal a nórski filmári vycestovali do Afriky osemkrát, vždy na približne štyri týždne, nakrútil Kisilu sto hodín materiálu. O tom, ako na bicykli alebo motorke cestuje po dedinách, zvoláva stretnutia farmárov a vysvetľuje im, akú starostlivosť si ich rastliny vyžadujú v nových podmienkach. O ťažkej práci celej rodiny na poli. Ale aj sekvencie z ich súkromného života, času, ktorý spoločne trávia, lásky a podpory, ktorú ako rodina zdieľajú. Niekedy vidno jeho ženu Christine, ako hovorí, že nemá dať deťom čo jesť, keďže Kisilu trávi viac času burcovaním ľudí než prácou na farme. Inokedy ho podporuje v tom, čo robí.

Rodina zažívala ťažké časy. V geografickom pásme, v ktorom žijú, sa kedysi striedali obdobia sucha s obdobiami dažďov. Svet bol ako-tak v poriadku. Rytmus pestovania plodín sa tomu prispôbil. Ľudia boli spokojní. No so zmenou klímy prichádzali čoraz extrémnejšie výkyvy počasia. Jeden rok po katastrofálnom období sucha dažde vôbec neprišli. O rok neskôr však pršalo tak veľmi, že prišli záplavy a zničili úrodu. „Keby som mal svoj vlastný svet a moc, vybral by som lídrov krajín a vzal ich tam, aby hladovali a tak pochopili, čo to znamená pre hladujúcich,“ povedal raz Kisilu.

Farmári z kenského vidieka, pre ktorých prístup k správam o svete často znamenal len spoločné počúvanie rozhlasu na baterky, často nerozumeli tomu, ako sa svet kvôli ničeniu životného prostredia mení. Možno považovali extrémne počasie za niečo prirodzené alebo za Boží trest. Kisilu vysvetľoval, že nemôžu nečinne čakať a hospodáriť ako ich predkovia, ale že treba meniť zaužívané postupy, aby ich rodiny nepomreli od hladu.

## Niečo na jedenie

Kto by však venoval svoj čas a peniaze na sadenie stromov, keď

Mister Climate Change, Pán Klimatická Zmena, trochu posmešne hovorili susedia Kisilovi Musyovi, keď každého neúnavne presviedčal o tom, že nesmie na svojom pozemku vysádzať monokultúry a že treba zabrániť odlesňovaniu. On sám sadil stromy a hľadal nové spôsoby zadržiavania vody v krajine. Keď mladá nórska režisérka Julia Dahr prišla v roku 2011 do Kene a hľadala komunitu, v ktorej by nakrútila dokumentárny film o dôsledkoch klimatickej zmeny na život ľudí v krajinách globálne-

ho juhu, ktorí ju nespôsobili, no najviac na ňu doplácajú, šťastnou náhodou sa stretla s farmárom Kisilom. Bolo takmer rozhodnuté: on bude hlavným predstaviteľom tejto témy. Vtedy ešte nikto nečakal, čo sa stane: keďže filmársky tím nemohol byť v Keni neustále, Kisilu navrhol, aby mu dali kameru. Že on sám bude dokumentovať všetko, čo sa deje. „V dedine nebola elektrina a na prenos videosúborov by potreboval výkonný laptop a dobré internetové pripojenie. Preto sme mu radšej dali kameru na kazety,“





sa práca na poli stáva čoraz náročnejšou? Samozrejme, Kisilu. Vo filme vidíme jeho nadšenie, ale aj beznádej, keď je unavený, deti plačú, že chcú jesť, a on sa márne snaží otvoriť oči aj ostatným, aby pochopili, že bez nových stromov bude ešte horšie. „S členmi rodiny môžete mať veľké problémy, keď počúvate, že ste prišli z komunitných stretnutí a nemáte pre nich nič na jedenie. Bohužiaľ, to je veľký problém pre niektorých ľudí, aj pre mňa,“ hovorí lakonicky na jednom mieste vo filme Kisilu.

Príchod nórskej filmárky zmenil život aj jemu. „Hlavne s Juliou sa Kisilu, jeho manželka a deti stali doslova rodinou,“ potvrdzuje Hugh Hartford. Kisilovi sa však hlavne otvorili nové obzory. Objavil sa

niekto, pre koho bola jeho práca dôležitá a kto rozumel jej nevyhnutnosti. Ale aj niekto, s kým si mohol vymieňať myšlienky a informácie. Práce na filme Ďakujeme za dážď trvali päť rokov. Uviedli ho v roku 2017. Kisilu sa z farmára postupne stal aktivistom a v rámci mimovládnej organizácie rozbehol projekty na profesionálnej úrovni. Konečne je platený za to, že sadi stromy a hovorí k farmárom. Ale aj k svetovým lídrom. Vystúpil napríklad na klimatickom summite v Paríži, ale aj na iných miestach. Počas týchto ciest bol najviac ohrozený širokým sortimentom v obchodoch. „Napríklad keď videl, koľko druhov sladených nápojov v plechovkách u nás dostať,“ spomína Hugh. Nebolo to však pozitívne prekvapenie.

Bezbrehý konzum západu sa totiž podieľa na ničení životného prostredia v jeho krajine.

### Žiadny špinavý rozvoj

„Nemyslím si, že jeden film môže niečo zmeniť,“ hovorí o situácii s klimatickou krízou a prístupe vlád k nej Hugh. „Náš film je len jedným maličkým príspevkom v diskusii o klimatickej kríze, ale aj o klimatickej spravodlivosti.“ Klimatická spravodlivosť hovorí o tom, že je nevyhnutné riešiť situácie, keď krajiny zbohatli na ťažkom priemysle a surovej ťažbe nerastných surovín, no zničili pritom životné prostredie všetkých ostatných a spôsobili celosvetovú ekologickú katastrofu, na ktorú

teraz doplácajú hlavne obyvatelia chudobnejších krajín. Ako Kisilu.

Jeho snaha však priniesla obrovské ovocie. „Za prácu v organizácii dostáva plat, takže si môže dovoliť platiť ľudí na svojej farme. Tá je teraz sebestačná,“ vysvetľuje Hugh. „On sa môže venovať práci pre komunitu. Spojil napríklad sedemdesiat farmárov z okolia a vytvorili systém zberu dažďovej vody cez obdobie dažďov. Filtrujú ju cez piesok, takže má parametre pitnej vody, a uchovávať ju, aby ňou v období sucha mohli zavlažovať polia. Vďaka vrstve piesku sa neodparuje. Vybudovali celý zavlažovací systém. Farmárom sa teraz v pestovaní plodín darí oveľa viac. Kisilu vlastne zaviedol permakultúrny spôsob hospodárenia bez

toho, že by o permakultúre niečo vedel. A jeho najstaršie deti chodia na univerzitu.“

Hugh je presvedčený o tom, že ľudia ako Kisilu a pôvodní obyvatelia oblastí ohrozených zmenou klímy musia dostávať hlas na medzinárodných fórach a požadovať riešenie situácie od bohatých krajín. A obyvatelia takzvaného západu musia tlačiť na svoje vlády. „Sponžené kráľovstvo v tejto klimatickej mizérii zvažuje otvorenie ďalších uhoľných baní! To nedáva zmysel. My ako občania nesmieme dopustiť tento takzvaný špinavý rozvoj.“

Keď filmári s nakrúcaním v Keni začínali, o klimatickej spravodlivosti sa ešte nehovorilo. Dnes je veľkou témou. „A to je obrovský posun,“ myslí si Hugh.

1 Kisilu odchádza od manželky Christiny a detí, aby rozprával o dôsledkoch klimatickej zmeny.

2 Producent filmu Hugh Hartford.

3 Christina Wayua Kisilu s najmladším potomkom.

4 Rodina farmárov tvrdo pocítila dôsledky extrémnych výkyvov počasia.

5 Kisilu, muž, ktorý v Keni vytrvalo sadi stromy a vymýšľa nové farmárske postupy.

6 Kisilu na klimatickom proteste v Paríži.





NOTA BENE

1 2022

Téma

12

# Pätnásta sezóna



Jana Čavojská



Archív D. N.

*Vedci v Antarktíde jasne pozorujú vplyv klimatických zmien. Netýka sa len otepľovania. Organizmom na mrazivom kontinente často najviac chýba voda na prežitie. Antarktída možno bude onedlho bez snehu.*

Sedemčlenná česká vedecká výprava sa na antarktickom kontinente vylodila druhýkrát v roku 2005. K dispozícii mali iba stany a zásoby na tri týždne, lebo približne o štrnásť dní mala na lodi doraziť aj antarktická stanica so všetkým vybavením. Loď, ktorá ju mala vyzdvihnúť, však stroskotala. Stanica nakoniec dorazila k vedcom po dlhých siedmich týždňoch... Našťastie, ľudia v Antarktíde si pomáhajú... A na prelome rokov

začala na polárnej stanici Johanna Gregora Mendela, ktorú na ostrove Jamesa Rossa v Antarktíde prevádzkuje brnianska Masarykova univerzita, už pätnásta výskumná sezóna.

## Vianoce v karanténe

Profesor Pavel Prošek, ktorý od 80. rokov intenzívne pracoval na Špicbergoch a v Antarktíde, prišiel s myšlienkou, že Česi by si zaslúžili

vlastnú stanicu v Antarktíde. Výskum by tak dlhodobo mohol prebiehať na jednom mieste. Na prelome miléníí získal financie od ministerstva školstva a českí vedci začali hľadať cestu, ako projekt antarktckej stanice zrealizovať. „Spoločenstvo antarktckej zmluvy striktnie posudzuje umiestnenie polárnych staníc,“ vysvetľuje vedúci českého antarktckého výskumného programu a docent z Geografického ústavu Masarykovej univerzity Daniel

Nývlt. „Prvotný zámer bol postaviť ju na Ostrove kráľa Juraja na Južných Shetlandoch. Tam nám to spoločenstvo zatrhlo na základe veta USA. Vraj nemá význam budovať tam ďalšiu stanicu. Českí vedci preto plávali v roku 2003 na britskej lodi okolo pobrežia Antarktídy a hľadali vhodné miesta. Vytipovali Ostrov Jamesa Roosa. Mal veľkú odľadnenú plochu, ktorá umožňovala robiť široké portfólio vedeckých disciplín.“

Daniel Nývlt bol medzi prvou skupinou vedcov, ktorá sa na ostrove v roku 2004 vylodila a začala s výskumom v miestach, kde dnes stojí stanica Johanna Gregora Mendela. Slúži na sezónny pobyt vedcov. Obvykle na nej trávia šesť až deväť týždňov ročne počas našej zimy, keď je na južnej pologuli leto. „Expedícia však trvá oveľa dlhšie, lebo nejaký čas zaberie aj cesta na Antarktídu,“ upozorňuje Daniel Nývlt. Cesta z Punta Arenas by loď zabrala asi štyri dni, no keďže jedno plavidlo obvykle dopravuje vedcov postupne na viac staníc, Česi sa na tú svoju dostanú po desiatich – dvanástich dňoch plavby. Z toho sú tri dni plavby cez Drakeov prieliv veľmi búrlivé.

S príchodom pandémie koronavírusu sa cesta ešte predĺžila o povinnú karanténu. V sezóne 2020/21 to bolo štrnásť dní, túto sezónu sedem, ale s tým, že na Antarktídu môžu vstúpiť len zaočkovaní. Šestnásťčlenný český tím odlietal z Európy 16. decembra. Jeho členovia strávili Vianoce každý sám, zatvorený na izbe karanténneho hotela, kde im jedlo nosili k dverám. Návrat expedície je plánovaný na 20. – 25. februára. „Ale termíny sú v Antarktíde len orientačné,“ upozorňuje Daniel Nývlt. „Pre nevyhovujúce počasie a prírodné podmienky sa pobyt môže predĺžiť.“ On sám bol v Antarktíde jedenásťkrát a raz to aj zažil. Vrtuľník nemohol osadenstvo stanice niekoľko dní vyzdvihnúť, lebo počasie mu nedovolilo pristáť. Pre prípad, že by sa to raz nepodarilo a vedci by boli nútení v Antarktíde prezimovať, sú na stanici obrovské zásoby potravín.

## Dvesto nových druhov

Česká výskumná stanica sa nachádza na najväčšej odľadnenej ploche Antarktckého polostrova o veľkosti približne stodvadsať kilometrov

štvorcových. Český tím skúma najmä odľadnené okrajové časti Antarktídy. „Keďže ľadovce ustupujú, bude takto postupne vyzeráť väčšina kontinentu,“ myslí si Daniel Nývlt. „Takže študujeme, ako sa ľadovce menia v súvislosti so zmenou klímy. Nejde len o stúpajúcu teplotu, ale aj o dostupnosť a distribúciu zrážok a vody z roztopeného ľadu. Tá je v suchých častiach Antarktídy limitujúcim faktorom pre rozvoj organizmov. Lebo všetky živé organizmy, ktoré nie sú viazané na more, potrebujú vodu. Ak sa cez zimu nenaakumuluje dostatok snehu, ktorý sa v lete bude topiť a živiť machoviská, lišajníky, ale aj mikroorganizmy, majú tie potom problém prežiť. Študujeme aj to, ako sa správa permafrost. Aktívna vrstva nad ním na zmenu klímy citlivo reaguje. Sledujeme rieky a jazerá, ktoré v tých oblastiach vznikajú a napája ich každoročne sa topiaci sneh, ale aj topenie ľadovcov. A vo všetkých týchto prostrediach skúmame organizmy, ktoré tam žijú.“ Českí vedci popísali viac ako dvesto nových druhov, väčšinou rozsievky, riasy a cyanobaktérie. Svet Antarktídy

NOTA BENE

1 2022

Téma

13



na mikroorganickej úrovni stále nie je celkom preskúmaný.

Pri machoch a lišajníkoch skúma tím z Masarykovej univerzity to, ako sa adaptovali na tvrdé klimatické podmienky, nedostatok vody a zvýšené dávky UV žiarenia, s ktorými sa musia vinou ozónovej diery vyrovnávať. Sleduje aj, ako sa organizmy prispôsobujú klimatickej zmene a čo sa s nimi môže v budúcnosti vinou nárastu teplôt a nižšej dostupnosti vody diať.

Čo sa týka otepľovania, Daniel Nývlt hovorí, že je zvláštne, že na východe Antarktického polostrova bol začiatok 21. storočia chladnejší než 80. a 90. roky. „Sezóny 2009, 2010 a 2013 boli veľmi studené. Sneh pretrvával aj v letnom období. Potom prišiel rok 2016, najteplejší v histórii antarktických meraní, ktorý prekonal až rok 2020. No keď sa pozrieme na údaje za posledných päťdesiat rokov, trend otepľovania je viditeľný. To má dopady na ľadovce aj aktívnu vrstvu nad permafrostom. Rok 2016 – 2017 bol zas extrémne zvláštny v tom, že leto prišlo už na konci septembra. Nastala vlna veľmi vysokých teplôt, plus päť stupňov. Normálne býva v tom období mínus päť až mínus desať. Takmer celá snehová pokrývka sa roztopila a už nenasnežilo. Bolo to fatálne pre veľa machovišť. V priebehu leta ich zavlázuje voda z roztápajúceho sa snehu, no vtedy sa už nemal aký roztopiť.“ Podľa Daniela Nývlta sú zmeny dostupnosti zrážok a ich rozmiestnenie počas roka pre organizmy v Antarktíde rovnakou hrozbou ako otepľovanie.

### Zásielka toaletáku

Antarktický výskum je finančne veľmi náročný. To sa týka aj pobytu vedcov na výskumnej stanici. Daniel Nývlt hovorí, že samotní vedci musia získavať granty, aby si ho mohli dovoliť. Preto dopyt po miestach na stanici nie je oveľa väčší, než koľkí môžu vycestovať. Pár miest je vždy rezervovaných pre vedcov zo zahraničia. Do Južnej Ameriky sa vybavenie z Česka dostáva loďami, odtiaľ ho prepravujú s pomocou chilskej a argentínskej armády loďou, lietadlom alebo vrtuľníkom priamo na stanicu. Tú sa vedci snažia prevádzkovať čo najekologickejšie. Majú veternú elektrárňu a fotovoltaičné panely aj čističku odpadových vôd.

Expedícia si so sebou vozí jedlo na celú sezónu. Vraj to nie je žiadna

tragédia, čerstvé mäso, ovocie a zelenina im vydržia obvykle na celý pobyt. Chlieb si pečú čerstvý, kváskový. „Hlavným jedlom je večera, lebo cez deň má každý povinnosti vonku, mimo stanice,“ opisuje Daniel Nývlt. „Kuchára na expedíciu nevozíme. Vedci sa striedajú, každý deň má službu iná dvojica. Pripravuje jedlo a upratuje stanicu. Je to aj oddych a zmena oproti náročnému pohybu v teréne.“

Obrovským problémom počas izolácie v Antarktíde s tými istými ľuďmi by mohla byť takzvaná ponorka. Na ruskej výskumnej stanici dobodol v roku 2018 jeden vedec druhého, keď mu prezradil, ako skončí kniha, ktorú mal rozčítanú. Daniel Nývlt hovorí, že našťastie ešte nemuseli čeliť podobnej situácii, hoci strata kontaktu so svetom môže na ľudí pôsobiť negatívne. „Internetové pripojenie na stanici máme, ale slúži hlavne na posielanie a prijímanie nevyhnutných správ a sťahovanie predpovede počasia. Nedá sa surfovať po internete. Kontakt s rodinou sa realizuje skôr cez esemesky cez satelitný telefón, občas sa dá aj zatelefonovať. Ja som to bral ako veľké plus. Odpočinul som si od civilizácie a neustáleho prílivu správ.“

Vedúci výskumnej stanice a expedičný lekár sa vyhroteným situáciám snažia predchádzať. Sledujú, či sú členovia expedície v psychickej pohode. „Výskum stresu v uzavretej skupine realizuje aj NASA či ESA pre budúce lety na Mars. Stáva sa to novým vedným odborom,“ hovorí Daniel Nývlt.

Našťastie, v okolí sa nachádzajú aj iní vedci. Niekedy sa dokonca podarí jednotlivým expedíciám stretnúť. „Komunita v Antarktíde si pomáha. Napríklad Argentínci majú často terénne kempy u nás na ostrove. Keď im chýbajú potraviny, tak ich zásobujeme. Raz nemali bravčové mäso, tak sme im doviezli bravčové a oni nám za to dali hovädzie. Alebo keď si to zle vypočítali a došiel im toaleták, zobral jeden z našich vedcov batoh, naložil potrebné množstvo toaletných papierov a doniesol im ho. Boli od nás vtedy vzdialení asi desať kilometrov a toto riešenie bolo lepšie než kvôli tomu vypravovať vrtuľník,“ opisuje Daniel Nývlt aj kuriózne okamihy, ktoré prináša práca v odlahlých končinách planéty. Vedcov na terénnom výskume pozývajú k sebe na stanicu. Počas takých expedícií sa totiž býva v stanoch kúpať sa treba niekde v rieke. Ak sa stanový tábor na-

chádza v blízkosti českej stanice, príde sa tam skupina raz do týždňa osprchovať, umyť si vlasy a vyspať sa v teple.

### Pušky nepotrebujú

Daniel Nývlt pracoval pred Antarktídou na Špicbergoch, v Grónsku a v Arktíde a hovorí, že oproti týmto miestam je Antarktída bezpečnejšia. „Nemusíme nosiť so sebou pušky, lebo sa tam nevyskytujú ľadové medvede, ktoré by vo výnimočných prípadoch mohli zaútočiť aj na človeka. V Antarktíde vás ohrozujú hlavne živočíchy na mori. Kosatky a tulene leopardie sú nebezpečné pre potápačov alebo pre gumené člny, ktorými jazdíme pozdĺž pobrežia.“ Nehrozí ani únik neznámych vírusov z rozmrazajúceho permafrostu – v Antarktíde neexistoval v ľadových dobách žiadny život, všetko bolo zaľadnené.

Po ukončení sezóny odchádzajú zo stanice vedci, ale odviezť treba aj odpad a nazbierané vzorky. Niektoré cestujú zamrazené alebo zachladené v špeciálnych boxoch, iné dokonca v príručnej batožine. Základom je, že odber všetkých vzoriek musí povoliť české ministerstvo životného prostredia, ktoré českým tímom vydáva aj povolenie pre vstup a prácu v Antarktíde. Každá krajina, ktorá na kontinente realizuje výskum, musí mať svoj antarktický zákon a musí ratifikovať protokol o ochrane životného prostredia v Antarktíde. Vedci musia už pri podávaní žiadosti uviesť, akým výskumom sa budú venovať a aký druh a množstvo vzoriek plánujú z Antarktídy odviezť.

Okrem objavenia nových druhov organizmov sa českým vedcom podaril aj iný významný objav. Radek Vodrážka popísal v roku 2009 úplne prvé fosílné živočíšne huby. Podľa Daniela Nývlta je však z práce českých vedcov najdôležitejší dlhodobý monitoring. „Prináša informácie o tom, ako sa okrajová časť Antarktídy mení a ako to súvisí s klimatickou zmenou.“

- 1 Polárna stanica Johanna Gregora Mendela sa nachádza na najväčšej odľadnenej ploche v Antarktíde.
- 2 Pohyb v teréne je náročný.
- 3 Na stanicu dopravujú vedcov lode alebo vrtuľníky.
- 4 Pre člny môžu byť nebezpečné kosatky alebo tulene leopardie.
- 5 Dlhodobý zber dát je dôležitou úlohou vedcov.
- 6 Noc v Antarktíde.
- 7 Cesta domov. S vedcami cestujú aj zozbierané vzorky.





# Nemali na výber



Juraj Červenka



Archív J. Č.

*Lesy mizli po státisícoch hektárov, ekosystémy prestali existovať, hory navždy zmenili svoj vzhľad, zdroje sa vyťažili. S miliónmi vojakov hynuli na bojiskách milióny zvierat. To bola prvá svetová vojna, globálna ekologická katastrofa 20. storočia.*

Prezrádzajú to aj dobové letec-ké zábery. Krajinu jazvili línie zákopov ako akési obludné a ničivé ryhy. Jazvy na prírode, v ktorých bojovali a žili, teda skôr prežívali vojaci. Briti, Nemci, Francúzi, Američania, chlapi z kolónií, z takých vzdialených kútov sveta ako indický subkontinent, kanadské pláne či západoafrické pobrežie. Svedčia o tom aj zábery priamo z bojísk. Krajina doslova zomrela. Po rokoch delostreleckej paľby sa stala mŕtvou zónou, nasiaknutou studeným bahnom. V často používanom prívlastku „mesačná“ je až príliš veľa nezaslúženej romantiky, skutočnosť bola omnoho temnejšia a desivejšia. Veterán prvej svetovej vojny J. R. R. Tolkien našiel v spúšti okolo rieky Somma inšpiráciu pre svoj Mordor, fiktívny pustý kraj z Pána prsteňov.

## Nebezpečenstvo v zemi

„Krajina, kadiaľ ustupovali Nemci, bola tak dokonale a plánovane zničená, že v noci sa dalo ťažko spoznať, či prechádzame bývalou dedinou, alebo predtým neobývanou krajinou,“ spomínal na svoje zážitky z Alasky jeden z československých legionárov. Po skončení prvej svetovej vojny vo Francúzsku ohraničili zóny, kde pre množstvo nevybuchnutej munície poľnohospodári nesmeli pracovať. Hoci viaceré tieto oblasti časom starostlivo vyčistili, stále sa dá veľmi presne zistiť, kde sa pred vyše storočím bojovalo. Vlastnosti pôdy poznačila erózia, zeminu dookola presýpali nielen explózia za explóziou, ale aj sústavné budovania zákopov a tunelov.

Francúzski geomorfológovia pred časom pracovali na približne 115 kilometrov dlhom úseku niekdajšieho frontu, kde identifikovali najmenej 13 000 kilometrov vykopených vojnových „cestičiek“. Výnosy pôdy sú i dnes v týchto oblastiach podstatne nižšie než v okolí, navyše mnohé zóny bojiska pri Verdune zostávajú z dôvodu nebezpečenstva ukrytého v zemi stále nevhodné pre akúkoľvek ľudskú činnosť. Ich úplné vyčistenie zrejme potrvá ešte stovky rokov. Analýzy podzemnej vody v Alsasku a Lotrinsku nedávno dokázali zvýšenú koncentráciu perchlórátu, jedovanej látky využívanej práve na západnom fronte počas prvej svetovej vojny. Koncentrácia arzénu niekde presahuje bežný stav viac než tridsaťtisíckrát.

S podobnými apokalyptickými výjavmi sa stretávali aj naši pradedovia v uniformách rakúsko-uhorskej armády. V dobových svedectvách sa dá nájsť množstvo zmienok o zdevastovaných, vypálených, preriedených a vyťažených karpatských lesoch. Delostrelec František Nepilý spomínal na boje pri dnešnom ukrajinskom meste Ivano-Frankovsk počas poslednej ruskej ofenzívy v júli 1917, „keď vojaci videli na vyrúbanej lesnej pláni každý pohyb“. Lesné drevo slúžilo armádam ako palivo, materiál na budovanie ciest, železníc, zákopov, bariér či barakov.

No nielen lesné porasty, ale aj celé pohoria človek pretváral v zmysle svojho vojnového úsilia. Konkrétne na alpskom bojisku v Dolomitoch, kde chlapi v talianskych a rakúsko-uhorských uniformách

mali svoje postavenia vybudované aj v nadmorskej výške vyše tritisíc metrov. Do vápencovej skaly razili chodby, bunkre i kaverny. Míneri sa tam doslova pretekali a výbuchy granátov viac a viac narušali ostré vápencové skaly.

## Nezvratné dôsledky

Krajina znásilnená zákopovou vojnou sa po utíchnutí bojov časom do výraznej miery zotavila, znova sa zazelenala. Postihnuté lesy v západnej Európe však nadobro stratili svoju úžasnú diverzitu. Dokonca z dôvodu zanedbateľnej ľudskej činnosti sa na mnohých miestach výnimočne darí divej zveri.

Niektoré dôsledky vojny, žiaľ, boli dlhodobé. Presnejšie, definitívne a nezvratné. Historici dávajú za príklad úplné spotrebovanie prírodných zdrojov, napríklad ťažbu cínu v Malajzii, získavanie ropy v oblasti Mexického zálivu, masové pestovanie pšenice v USA a Kanade. Zvýšená produkcia bravčového jevecou vlastenectva, Pestujte viac potravín a krmiva, Najvyššie možné výnosy na akor, tak zneli slogany v zámorí v roku 1917. Cieľ bol jasný – utíšiť potreby do vojny vstupujúcej americkej armády a jej spojencov.

Vyčerpanie prírodných zdrojov a narušenie poľnohospodárskej krajiny sa pokladá za najvýraznejšie dedičstvo prvého globálneho konfliktu z environmentálneho hľadiska. Ako trefne poznamenal americký historik Tait Keller, hlavné zmeny životného prostredia sa, paradoxne, udiali za frontovými líniami, ďaleko od bojových polí.



## Utrpenie zvierat

Netreba zabúdať ani na ďalší významný aspekt vojny. Ľudia zapojili do všeobecného besnenia milióny zvierat na všetkých frontoch – koní, psov, mulov, somárov, tiav, no i holubov či kanárikov. Útoky jazdy proti guľometným postaveniam a ťažké straty kavaléristov a ich koní patria k tragickým symbolom nových trendov v rámci stratégie vojenstva. Jedna z nemeckých správ uvádzala, ako hliadky na koňoch denne prekonal aj 120 kilometrov, zvieratá nasadzované i desať dní bez prestávky veľmi trpeli. Ale na bojiská prichádzalo čoraz viac koní. Všetko od ťažkých diel po zásoby každodennej

potreby dovážala do predných línii konská sila. Iný nemecký dokument zase upozorňoval, že na fronte často neexistovala možnosť kone v daždi zakryť, nieto ustajniť. Zvieratá boli neustále priviazané, bolestivé odreniny sa im zapalovali, pričom infekcie prispievali k vysokým stratám.

Za všetko nech hovoria čísla. Rakúsko-Uhorsko zmobilizovali na začiatku prvej svetovej vojny vyše 200 000 koní. Aj správy zo slovenských miest a obcí hovorili, ako sa musel vojak k odvodu dostaviť aj so svojim drahocenným koníkom. Po ťažkých zimných bojoch v Karpatoch, ktorých sa zúčastnili i mnohí slovenskí vojaci, pochovali pri jednej horskej ceste približne

6 500 konských tiel. Podľa odhadov zahynulo v priebehu celosvetového konfliktu okolo osem miliónov týchto zvierat – kone mreli počas paľby i vyčerpaním, uviazli v bahne, spadli do kráterov od výbuchov, zamrzli, oslepli, zahynuli od hladu.

Široké uplatnenie našli aj psy. Strážili zákopy, vyhľadávali mŕtvych či v lepšom prípade ranených, pátrali po výbušnínach, prenášali správy, zabezpečovali spojenie medzi jednotkami, kladli telefónne káble. „Nemali na výber,“ píše sa na londýnskom pamätníku všetkých zvierat zahynuvších vo vojnách. Stojí neďaleko Hyde Parku a jeho výstižným motívom sú dva plne naložené, zjavne vysilené muly.

NOTA BENE


1 2022

História

16



# Urobme zo seba lepšie kino

 Elena Akácsová  Shutterstock

*Zmeniť sa a ísť proti svojej povahe považujú mnohí za nemožné. Ale dá sa to. Dokonca to ani nemusí byť príliš ťažké.*

„To sú všetko pekné teórie, ale ako sa mám ubrániť kolegyni, ktorá stále zneužíva moju slušnosť?“ spýta-la sa ma kamarátka, keď som jej rozprávala o práve absolvovanom kurze asertivity. „Napríklad teraz mi dala zúžiť sukňu, že ty máš, Janka, šijací stroj, len mi to prebehni. Ale ja nemám čas šiť ani pre seba. Ona je neodbytná!“

Celý večer sme nacvi-čovali asertívne odpovede na všetky možné námietky kolegyně, keď jej bude tú sukňu vracaf. Na druhý deň mi Janka nadšene hlá-sila, že to zvládla. O pár týždňov tú sukňu mala zase doma.

Nedá sa cikať proti vet-ru, hovorieval môj otec, a ja mu dávam často za pravdu, keď na mňa niekto apeluje, aby som sa v záujme vlastného dobra správala inak, ako to mám v povahe. Človek sa pred-sa nedokáže zmeniť. Alebo dokáže?

Nedávno som sa na svojom obľúbenom blogu Erika Bakera dočítala, že človek sa síce nemôže úpl-ne od základov zmeniť, ale vždy môže byť lepšou ver-ziou seba samého. Verziou 2.0. Verziou pre 3D Imax kino. Ako na to? Podľa knihy Be Who You Want: Unlocking the Science of Personality Change, kto-rú Baker rešeršuje, exis-tuje úplne najľahší spô-sob zmeny, a to - nerobiť nič, len starnúť. Zvlášť ak máme problémy s prílišnou extrovertnosťou či neu-rotizmom alebo malou trpezlivosťou či ústretovosťou. S pribúdajúcim vekom prvé dve veci zvyčajne ustupujú, druhé rastú.

Ak chceme dospieť k zmene rýchlejšie, radí zmeniť kontext. Čo už dávno vedeli naše mamy, keď nás nechceli púšťať von so zlými kamarátmi, platí aj v živote. Stá-le viac sa podobáme na tých ľudí, s ktorými trávimе najviac času. A veľmi nás ovplyvňujú role, ktoré v ži-

vote hráme - v práci, v rodine, v partii. Lenže zmeniť kontext nie je vždy v našej moci - nemôžeme hocikedy dať výpoveď, vymeniť priateľov či prestať byť deťmi svojich rodičov.

Čo môžeme vždy, to je zmena správania. Tak ako si sústavným tréningom postupne formujeme sva-

ly, zámerným konaním si formujeme myseľ. Ak napríklad máme prob-lém s prijímaním nových podnetov, s uzavretosťou, čo sa s vekom zhoršuje a pandémie tomu tiež ne-pridala, máme sa cielene začať učiť niečo nové. Po čínsky, variť, tancovať tango. Najlepšie je začať kultúrou. Potvrdila to ne-dávna štúdia, ktorá sedem rokov sledovala tisícky Ho-landanov. Zistila, že väčšia kultúrna aktivita, ako na-príklad chodenie do ope-ry, skutočne vedie k väčšej otvorenosti.

Ale netreba zhurta sko-čiť na Verdiho, dá sa začať aj tak, že si v obľúbenej reštaurácii neobjednáme to, čo vždy. Aspoň inú prílohu či dezert! Ak nám chýba sicflajš, teda schop-nosť sústrediť sa na robo-tu, nepotrebujeme zozna-my úloh, skôr robiť to, čo má zmysel. Pri tom lepšie obsedíme. A ak nám chýba pevná vôľa, napríklad na to, aby sme prestali celé hodiny kukať do mobilu namiesto zmysluplnejšej práce, netreba si pestovať


pevnejšiu vôľu, ale odstrániť pokušenie. Odniesť mobil do vedľajšej izby, napríklad.

A rada na záver: nesnažme sa byť urputne sami se-bou. Nikto aj tak netuší, aké to vlastne má byť. Lahšie je snažiť sa byť tým, kým chceme byť, lebo to si vieme zadefinovať a môžeme k tomu smerovať. Do svojho vlastného 3D IMAXu.

**Autorka je publicistka.**



## Hotely verzus príroda

 Jana Čavojská

*Príbeh Demänovskej doliny odkazuje na vážne systémové problémy, ktoré umožnili bezbreho budovať nezmyselné stavby aj v našich najchránenejších územiach. Podarí sa ju zachrániť?*

Skupina ľudí z Liptova sa už ne-mohla pozeraf na to, ako develop-ri stavajú obrovský hotel v Jasnej priamo uprostred národného par-ku a ako extenzívny turizmus ničí chránené územia, ale aj najväčší jaskynný systém v Karpatoch v De-mänovskej doline. V novembri 2020 založili Občianske združenie Pre Dolinu a spustili petíciu, v ktorej žiadali kompetentných o zastave-nie aktivít, ktoré ohrozujú prírod-né dedičstvo a vzácny vodný zdroj. Za tri dni ju podpísalo viac ako tridsaťtisíc ľudí. Do Vianoc 2020 takmer 70 000. V marci 2021 mala už 113 500 podpisov.

**Týždeň v roku**

Slováci ukázali, že im záleží na prírode, ktorá patrí všetkým. De-mänovská dolina začala slúžiť ako odstrašujúci príklad pre iné regióny Slovenska, ktoré chcú rozvíjať ces-tovný ruch iným spôsobom. Podarilo sa vyvolať celospoločenskú diskusiu, odvolali riaditeľa Národného parku Nízke Tatry, pod vedením ktorého sa v chránených územiach schválili obrovské stavebné projekty, obec De-mänovská dolina schválila dodatok k územnému plánu, ktorý obmedzil vydávanie povolení pre ďalšiu vý-stavbu. Pod gesciou ministerstva ži-

votného prostredia a ministerstva dopravy a výstavby vznikla expert-ná skupina pre Demänovskú dolinu. Tá sa však zatiaľ stretla len dvakrát. Obec svoj nový územný plán ešte len tvorí a nezrušila vlastný developer-ský projekt. A v doline je rozbehnu-tá ďalšia výstavba. Iné veľké hotely a apartmánové domy majú územ-né a stavebné povolenia. Predseda Združenia Pre Dolinu Pavel Herich si nie je istý, či sa prírodné hodnoty podarí ochrániť. Zároveň je pripra-vený bojovať za to, aby sa systémo-vými zmenami v oblasti územného plánovania zabránilo ich ďalšiemu ničeniu v celej krajine.

NOTA BENE

1 2022

Proti srsti

18

NOTA BENE

1 2022

Téma

19





NOTA BENE

1 2022

Téma

20

Hoci Jasnú pozná vďaka lyžiar-skemu stredisku a blízkosti Chopku veľa ľudí, najväčšie prírodné hodnoty sa nachádzajú v spodnej časti Demänovskej doliny, cez ktorú tisíce áut len bez záujmu prefrčia cestou na svah. „Jaskyne, podzemné riečiská, bralá, jaskynné otvory, zdroj pitnej vody pre desaťtisíce ľudí v okolí. K nim sa viaže aj kultúra tohto regiónu. Možno aj celého národa. Tak ako je pre nás symbolom Kriváň, sú ním aj Demänovské jaskyne,“ myslí si Pavel. Ak ochránime len okolie jaskýň a v hornej časti doliny budeme stavať, nič to nevyrieši. Ide o jeden prepojený systém. To, čo sa deje v Jasnej, ovplyvňuje aj jaskyne a kvalitu vodného zdroja. Stojí to za to? „Za výstavbu obrovských investičných nehnuteľností, ktoré absolútne nerešpektujú ráz krajiny a reálne budú slúžiť svojim majiteľom na týždeň v roku?“ pýta sa aj Pavel.

### Za skipas

Demänovská dolina je len jedným zo smutných prípadov, ktoré sa zrejme dejú v celej krajine. Pavel opisuje, ako k neriadenej výstavbe na tomto území, navyše v národnom parku, došlo. Ešte koncom 90. rokov vyšlo nariadenie vlády, že na území národných parkov Žilinského kraja sa ubytovacie kapacity navyšovať nebudú. V roku 2005 však samosprávny kraj zmenil svoj územný plán a konštatoval v ňom, že o navyšovaní ubytovacích kapacít budú rozhodovať obce formou územných plánov a na základe posudzovania vplyvov na životné prostredie. „V roku 2006 sa v Demänovskej doline konali zmanipulované voľby,“ pokračuje Pavel. „Týždeň – dva pred nimi sa na trvalý pobyt prihlásili desiatky ľudí a z obce so 160 obyvateľmi sa stala obec s 360 obyvateľmi. Vraj za to tí ľudia dostávali skipasy. O dva roky neskôr ústavný súd zrušil tieto voľby. Jeho výrok bol zná-

my, no rozhodnutie platí až dorúčením stranám sporu. Kým bol dokument na ceste, obec rýchlo zvolala obecné zastupiteľstvo. Poslanci územný plán schválili.“

Ako môžeme viniť investorov z toho, že pripravujú projekty v súlade s územným plánom obce? V Demänovskej doline práve ožívajú niekoľko rokov staré projekty. Niektoré už majú vydané územné či stavebné povolenia. V časti Lúčky má vyrásť hotel s výškou 32 metrov, siedmimi nadzemnými a dvomi podzemnými poschodiami, ďalší hotel so 180 izbami a vo svahu šesť sedemposchodových apartmánových domov. Výstavba schválená pred niekoľkými rokmi neprešla ani posudzovaním vplyvov na životné prostredie, lebo to vtedy platné predpisy nevyžadovali. Budú sa rúbať ďalšie plochy, zrejme niekoľko hektárov lesa. Ak existuje spôsob, ako tieto projekty zastaviť, bude to predovšetkým na rozhodnutí developerov a investorov.



Či budú ochotní upustiť od svojich plánov. Ak áno, malo by to byť za únosnú odplatu, pretože do prípravy projektov už investovali čas a peniaze.

### Sprivatizované pleso

Poďme sa teraz pozrieť vyššie, do Jasnej. Samozrejme, nie je tam žiadna panenská príroda – hoci v Demänovskej doline sú aj pekné lesy, dokopy 144 kilometrov turistických chodníkov, náučné chodníky o vode či bojoch počas druhej svetovej vojny, zrekonštruované partizánske bunkre alebo symbolický cintorín obetí horských nešťastí Nízkych Tatier. Jasná je hlavne infraštruktúrou pre lyžiarov a snowboardistov. No obrovský hotel Damian, ktorý verejnosť tak veľmi šokoval, prekonal zrejme všetky stavby, aké si tu človek dokázal predstaviť.

Pod petíciou za ochranu Demänovskej doliny zanechali ľudia tisíce komentárov. Mnohí píšú, že im je do plaču, keď dnes vidia svoje obľúbené

miesta zdecimované neriadenou výstavbou. Považujú za nespravodlivé, že prírodu, ktorá patrí všetkým nám, si prisvojilo niekoľko developerov a boháčov. Presne to isté mrzí aj Pavla. „Máš svoje obľúbené miesta v prírode, kam chodíš rád behať, bicyklovať, kočíkovať deti. Oproti hlučnému a smradľavému mestu je to tvoja životná kotva. A sú to miesta, ktoré tu hľadajú aj návštevníci Liptova. No potom niekto tú lúku či lesík premení na rezort s dvomi hotelmi, nákupným centrom a tridsiatimi chatami... Územné plány to umožňujú a my prichádzame o tieto miesta. Pre naše deti nebude Jasná miesto s krásnymi lesmi, ale miesto s hotelmi.“

Damian navyše postavili takmer na brehu Vrbického plesa, najväčšieho plesa v Nízkych Tatrách. „To sa stalo akousi predzáhradkou hotela. Slúži len ako jeho kulisa, lebo hotel stojí tak blízko, že si ho svojou obrovskou hmotou sprivatizoval,“ argumentuje Pavel. „To je rana, ktorá sa nikdy nezacelí.“



Divadlo bez domova,  
Buddy, Omama,  
Mladí proti fašizmu...  
Čo spája tieto projekty?

Predsa prestížne ocenenie  
SozialMarie – ceny pre  
sociálne inovácie!

**Riešite páľčivý  
spoločenský  
problém  
inovatívnym  
spôsobom?**

**Prihláste sa do výzvy  
SozialMarie – ceny  
pre sociálne inovácie  
do  
18. januára 2022**

Pätnásť vybraných projektov  
bude ohodnotených celkovou  
sumou €54 000

Viac informácií nájdete na:  
[www.sozialmarie.org/sk](http://www.sozialmarie.org/sk)  
[www.facebook.com/SozialMarie](https://www.facebook.com/SozialMarie)







# Život na zmeny

 Mária Mühl

*Vonku sa stmieva a Karol si pripravuje veci do práce. Väčšina ľudí sa v tom čase chystá do postele, ale on ide do nočnej služby. Funguje takto už tridsať rokov. Ľudia v mnohých povolaniach namiesto nočného odpočinku pracujú. Vraj sa dá zvyknúť na všetko.*

„Nemám prácu, je to vyslovene poslanie. To je najväčší rozdiel oproti iným povolaniam,“ opisuje svoje zamestnanie Taras Feltsan, primár oro-maxilofaciálnej chirurgie na Klinike stomatológie a maxilofaciálnej chirurgie Lekárskej fakulty Univerzity Komenského a Onkologického ústavu sv. Alžbety v Bratislave. V nemocnici pracuje už viac ako sedemnást rokov a jeho telo si za tie roky zvyklo na vysoké pracovné tempo a malé množstvo spánku. V bežný pracovný týždeň je v ambulancii od siedmej do tretej popoludní. „To je ten oficiálny čas,

reálne končím o štvrtej až šiestej. Cez víkendy mávame dvadsaťštyrihodinové veľké služby a počas týždňa malé, čiže po ambulancii pokračujem plynule do ďalšieho dňa,“ vysvetľuje svoj nabitý pracovný týždeň doktor. Stane sa, že kontinuálne pokračuje v ďalšom ambulantnom dni. Vyšetruje pacientov, operuje nádory či komplikácie v oblasti úst, čeluste a tváre, robí kontroly a učí študentov. Ako primár je takmer neustále v pohotovosti na telefóne. V nemocnici trávi oveľa viac času ako ostatní v inej práci. V lete tak má za celý rok vyčerpaných štyristo hodín

nadčasov. „Je to ťažké, ale zvykol som si. Oveľa dôležitejšie však je, ako sa s tým vysporiadava moja rodina. Určite tým trpí, ale nezlyháva. Manželka to chápe, pomáha mi a zvláda to. Malá dcérka sa pýta a vysvetľujeme jej to. Pokiaľ nemám doma pobalené kufre, tak je dobre,“ usmieva sa.

## Služba takmer nonstop

Počas dvadsaťštyrihodinových služieb nemusí byť stále na nohách. V noci si môže aj pospať, kvalita spánku sa však nedá porovnať s tou doma



v posteli. „Služby sú lotéria. Niekedy je toho menej, inokedy sa nezastavíme. Máme na starosti našich lôžkových pacientov, ale ako pohotovosť aj akútne stomatochirurgické a chirurgické problémy či detské úrazy. Hocikeď ma môžu zavolať, taký je aj spánok,“ opisuje služby primár. Jeho prirodzená doba spánku sa skrátila na štyri hodiny. Keď príde domov zo služby, pokračuje v bežnom dennom režime. Keď je zle a nevládze, využíva pätnásťminútový spánok. Pacientov má v hlave často, nedá sa od toho úplne odstrihnúť. Pracovne vypína hlavne vtedy, keď je s rodinou, a potom cvičením či saunovaním. „Rád varím, rád šoférujem, rád operujem,“ hovorí o sebe doktor.

„Kritické to bolo, keď sa objavila korona. Doma som musel vysvetľovať, že keď sa čokoľvek bude diať, zostanem tu. Bol to extrém, museli sme vydržať. Manželka to ťažko niesla, ja som bol nastavený, že pokiaľ budem vládvať stáť na nohách, budem v službe. A bol som tu takmer nonstop,“ spomína na začiatok ťažkej skúšky pred dvoch rokov. Veľa sa odvtedy nezmenilo. Akurát cíti, že ľudia si začali o niečo viac vážiť lekárov a ich nenahraditeľnú prácu.

Lekárom sa stal prirodzene. Obaja jeho rodičia sú lekári, vyrastal v le-

kárskom prostredí. Nebránil sa tomu, videl to doma každý deň. Pochádza z ukrajinského Užhorodu, ale národnosť má po starej mame slovenskú. „Mama chcela, aby som nerobil klasickú medicínu. Z jej pohľadu je náročnejšia. Chcela, aby som sa mal finančne lepšie, preto stomatológia. Jej zámer sa celkom nepodaril, vybral som si maxilofaciálnu chirurgiu a robím vo veľkej nemocnici, nie súkromnú prax,“ hovorí o svojich rozhodnutiach doktor Feltsan. Lekársku fakultu vyštudoval v Bratislave. Bol to civilizačný skok, ktorý mu priniesol nový domov i rodinu. „Som spokojný, moje poslanie ma naplňa a pokiaľ budem schopný finančne zabezpečiť svoju rodinu, tak mi to vyhovuje.“

## Kompár na Váhu

Karol Morvai má tento mesiac nočné služby. Večer si doma zbalí jedlo a ide do práce. Každú druhú noc od desiatej večer do šiestej ráno stráži kompu vo Vlčanoch. „Keď ráno prídem zo služby, tak si hodinku či dve pospím a potom idem robiť, čo treba,“ hovorí kompár. Nočné služby bývajú pokojné, aj zdriemnuť si môže. Za tridsať rokov, čo tu pracu-

je, si nepamätá, že by sa stalo niečo vážne. Denné služby sú zaujímavejšie. Na kompe Vlčany – Selice pracuje osem ľudí, striedajú sa po dvojiciach. Dva dni pracuje doobeda od šesť do štrnásť, dva dni poobede od štrnásť do desiatej večer a potom dva dni voľno. Každý tretí mesiac majú nočné, ale vtedy nechodia cez deň do práce. „Je to príjemná a dobrá robota. Keď je počas dňa voda, chodíme hore-dolu cez Váh do Selice a späť,“ hovorí Karol.

Táto kompa je posledná svojho druhu na Slovensku. Je závesná, bez motora. Využíva len silu prúdu rieky. Plavidlo denne prevezie aj päťsto áut. „Kompu natočíme tak, že ide po prúde na závesných lanách, alebo potom zas proti prúdu. Cesta trvá päť až desať minút, podľa sily rieky,“ vysvetľuje Karol. Je súčasťou štátnej cesty a miestni ju využívajú pravidelne. „Vozíme všetko, autá, traktory, motorky, bicykle. Keď je voda, fungujeme v každom ročnom období, či je sneh, alebo ľad,“ opisuje svoju prácu päťdesiatšesťročný kompár. „Aj Rakúšanov, Poliakov, Maďarov vozíme, niektorých sem pošle navigácia a potom sú prekvapení, že kam prišli,“ smeje sa Karol aj s kolegom. „Raz sa nám stalo, že sme boli na druhej





strane a poštárka si to nevšimla, tak čľupla aj s autom rovno do vody,“ opisuje nezvyčajnú príhodu.

Denná služba ubehne rýchlo, keď premávajú. Hore v Kráľovej je vodné dielo, kde vyrábajú elektrickú energiu a podľa dopytu regulujú tok rieky. Niekedy sa stáva, že hladina vody je nízka. Kompa plávať nemôže. Vtedy sa kompári starajú o okolie, čistia cesty, obstrihávajú stromy, kríky, opravujú veci na kompe, robia údržbu. „Stále je tu čo robiť. Teraz v zime, keď napadne sneh, treba všetko odhrať,“ dodáva s lopatou v ruke Karol. Do toho mu asi sedemkrát stihol zazvoniť telefón, či premávajú. Ľudia sa naučili volať, aby zistili aktuálnu situáciu.

Karolovi takáto pracovná doba vyhovuje. Za tie roky si na to zvykol. Na začiatku to bolo náročnejšie, pretože pracovali štrnásť hodín. Popri práci na Váhu stíha aj ďalšie roboty. „Som aj traktorista, tak sejem, oriem. Cez zimu zas chodím pomáhať na zabíjačky.“ Vyučil sa za obrábača kovov a sústružníka. Chvilu robil v Dusle Šala, potom prišla kompa. „Je to tu iné, celý deň sme vonku, nemusím byť vo fabrike za pásom. Práca na zmeny mi problém nerobí, aj žena

si za tie roky zvykla,“ uzavrie Karol a ďalej odhrabáva sneh z cesty.

### Ručné závory

Kanceláriu má v malom domčeku pri železničnom priecestí v dedinke Koniarovce. Keď zazvoní telefón a dostane oznámenie o blížiacom sa vlaku, ide skontrolovať vlakovú trať. Potom čaká na ďalšie znamenie od výpravcu a nakoniec ručne spustí závory na priecestí. O chvíľu po koľajniciach prehrmí nákladný vlak. Martin Konštiak je zo železničarskej rodiny, a keď pred osemnástimi rokmi skončil ako elektromechanik, rovno sa zamestnal na železnici.

„Začíname ráno o šiestej, robíme dvanásťhodinovky. Striedame sa: denná, nočná, dva dni voľno,“ opisuje časový harmonogram Martin. Keď niekto z kolegov nemôže, chodí do práce častejšie. „Najlepšie na týchto zmenách je, že mám voľno v týždni. Vďaka nočnej viem stihnúť a vybaviť viac vecí oproti tým, čo pracujú od pondelka do piatku. Ale časom si takýto život vyberie svoju daň,“ opisuje svoje nastavenie mladý výhybkár. Ne potrebuje si brať napríklad dovolen-

ku, keď potrebuje ísť na úrad či zájsť k lekárovi. Keď príde domov z nočnej, niekedy si musí oddýchnuť, aby dokázal ďalej fungovať.

„Človek je po nočnej inak nastavený, a nie nadarmo sa hovorí, že noc má svoju moc a má sa spať, a nie pracovať,“ opisuje nevýhody nočných služieb. Vypýtali si daň na štýle života aj vo forme prevráteného biorytmu. Vlaky chodia aj v noci, treba byť stále na pozore. Pospať či aspoň zdriemnuť si v noci v práci nemôže. Keby tvrdo zaspal a zabudol spustiť závory, alebo zle nastavil výhybku a vlak by vbehol na zlú koľaj, ľahko sa môže stať nešťastie.

„Je to už také raritnejšie zamestnanie, keďže skoro všade sú priecestia a výhybky sú ovládané na diaľku. Mali by to elektrifikovať aj tu, ale to ešte potrvá,“ vysvetľuje Martin. Keď sa mu narodila dcéra, dal si v práci pauzu a išiel na dva a pol roka na rodičovskú dovolenku. Veľmi mu to vyhovovalo, s dcérou si užíval každý deň. Návrat do práce bol ťažší. Opäť si musel zvykať na prevrátený režim. „Teraz som spokojný. Zatiaľ nemám dôvod niečo meniť,“ dodá Martin a zvonček opäť zvoní.

# Nočný hlad



Dagmar Gurová



Archív M.S.

*Dlhodobá nočná práca zvyšuje riziko obezity a chorôb, ktoré sa s ňou spájajú. Veda má zatiaľ viac otázok než odpovedí, ako sa to deje. Už teraz však vie odporučiť, čo a ako v nočnej službe jesť.*

Telesná teplota, počet bielych krviniek či hladiny niektorých hormónov sa ľuďom každý deň v určitých časoch menia. „Naše telo je veľmi múdre. Má mechanizmy na úrovni génov, ktoré ho dopredu pripravujú na to, čo sa stane,“ hovorí Milan Sedliak, vedec na Fakulte telesnej výchovy a športu UK v Bratislave a výživový poradca. Ako príklad spomína hormón kortizol, ktorý zvyšuje celkovú odolnosť pri záťažových situáciách, chorobách a strese. „Ráno je vysoký a poobede nízky. Začína stúpať už nadržanom, kým spíme. Pripravuje nás na to, že sa zobudíme a začneme vydávať viac energie. “ Tieto zmeny zaisťujú efektívny metabolizmus, schopnosť sústrediť sa na prácu aj dobrý spánok s účinnou regeneráciou.

### Rozhodené rytmy

Cirkadiánne rytmy nevie človek posunúť, ako by sa mu to práve hodilo. Ak ich naruší pravidelným ponocovaním alebo jedením, prácou či cvičením v nesprávnom čase, privedie si problémy. Aj krátkodobý zásah, napríklad prílet do inej časovej zóny, môže mať nepríjemné následky. „Dočasne sa môže objaviť depresívna nálada, podráždenosť, znížená výkonnosť u športovcov,“ hovorí Sedliak. Najviac škodí opakované narušanie rytmov, napríklad pri práci na zmeny. „Ľudia, ktorí niekoľko rokov pracujú na zmeny, majú často väčšiu brušnú obezitu, tým pádom zvýšené riziko diabetu druhého typu, srdcovocievnych ochorení, možno aj rakoviny.“

Medzinárodná agentúra pre výskum rakoviny považuje prácu na zmeny

za možný karcinogén, vedci však ešte nedospeli k jednoznačnému záveru. Pôvodne sa predpokladalo, že riziko rakoviny spojené s prácou na zmeny by mohlo byť výrazné. Neskoršie štúdie až takú silnú súvislosť nepotvrdili.

jatej z jedla neskoro večer a v noci sa viac ukladá do tukových buniek. Práve večer mnohí cítia väčší hlad aj chuť na sladké. Vysoko sacharidové jedlá ako čokoládová tyčinka či kolový nápoj počas noci spôsobujú, že priberú.

### Čo jesť a piť

Väčšia chuť do jedla v závere dňa môže mať psychologické dôvody. Vplývajú na ňu reklamy, potreba odmeniť sa, ale tiež vypitý alkohol. Sedliak dodáva, že väčší pocit hladu súvisí aj s cirkadiánnou fyziológiou. „Napríklad hormón ghrelín, ktorý stimuluje chuť do jedla, má ráno nízku hladinu. Vtedy mnoho ľudí nepociťuje silný hlad. Večer je už ghrelín vysoký a sme naozaj hladnejší.“

Kto má nočnú zmenu párkrát do mesiaca, deň pred ňou by mal jesť ako obvykle. „Po nástupe do nočnej služby by to mali byť malé porcie, aby nebol vyslovene hladný a unavený,“ odporúča Sedliak. Jedlo by malo určite obsahovať bielkoviny a trochu sacharidov. Zdrojom bielkovín môžu byť strukoviny, syr, netučné mäso. Sacharidy by mali byť

vo forme škrobov ako ryža, zemiaky, pohánka, pečivo. Vhodná je napríklad malá porcia rizota s kuracím mäsom alebo chlebič s mozzarelou.

Ďalším odporúčaním je piť dostatok tekutín, najlepšie vodu. Kofeín len v prvej fáze služby, najneskôr šesť hodín pred spaním. Rovnako dlhá by mala byť pauza od alkoholu a sladkých nápojov. Po nočnej práci je dôležité dať si ľahké raňajky a až potom ísť spať. Inak človeka čoskoro zobudí hlad.







# Na jednej lodi

 Dagmar Gurová  Braňo Bibel

*Nikto nemusí žiť bez domova, hovorí Juha Kaakinen, fínsky odborník na ukončovanie bezdomovectva. Je presvedčený, že sa to dá dosiahnuť. Vo Fínsku sa podarilo znížiť počet ľudí bez domova na minimum.*

Prvou pomocou pre ľudí bez domova vo Fínsku je stabilný domov v sociálnych nájomných bytoch. Nie je odmenou za to, že si dali život do poriadku. Je základom, aby svoje problémy vôbec mohli riešiť. Toto je v skratke prístup housing first – bývanie ako prvé, vďaka ktorému je Fínsko len kúsok od ukončenia bezdomovectva. Dostupné bývanie tam budujú v spolupráci obcí, miest a neziskoviek, s podporou štátu. Ubytovaním jedného človeka, ktorý bol dlhodobo bez domova, ušetrí okolo 15 000 eur ročne. Až do 9 600 eur ročne ušetrí na službách, ktoré by potreboval pri živote na ulici.

Prečo stavili na túto cestu a ako to prebieha, sme sa pýtali jedného z najväčších európskych expertov na housing first, Juhu Kaakinen. Okrem iného vedie neziskovku Y-Foundation, ktorá zabezpečuje bývanie pre ľudí so skúsenosťou s bezdomovectvom v 18 000 bytoch v 57 fínskych obciach a mestách.

**Ako u vás vyzerá život ľudí bez domova predtým, než ste sa pustili cestou housing first?**

Od roku 1987 sme mali národné programy na znižovanie bezdomovectva. V tom čas sme vo Fínsku mali okolo 18 000 ľudí bez domova. Ich počet klesal. Na začiatku tohto storočia sme si však uvedomili, že pokles sa zastavil. Hrozilo, že ľudí bez domova bude zase pribúdať. Ukázalo sa, že sme neurobili dosť pre chronické bezdomovectvo. Pre ľudí so sociálnymi a zdravotnými problémami, ktoré sami nedokázali zvládnuť. Teda pre tých, ktorí našu podporu potrebovali najviac. To bol dôvod, pre ktorý sme sa rozhodli zmeniť našu politiku. Dovtedy bola

zameraná na zabezpečenie dočasného ubytovania pre týchto ľudí, čo nefungovalo. Neviedlo to k trvalému riešeniu bezdomovectva.

**Celý systém ste prepracovali podľa princípov housing first. Prečo ste zvolili práve tento prístup?**

Zobrali sme ho za svoj s myšlienkou, že ľudským právom a základom pre život je miesto, ktoré môžete nazývať domovom. Patrí k nemu nájomná zmluva, ktorá vám dáva rovnaké práva a povinnosti ako ostatným. A pre niekoho aj podpora. Aká veľká by mala byť, však nezávisí, kým nebude mať svoje bývanie. Situácia človeka bez domova a toho, kto domov má, sa totiž nedá porovnávať.

**Ako sa potom zmenil počet ľudí bez domova?**

Od roku 2008 sa celkový počet ľudí bez domova znížil o polovicu. Počet ľudí dlhodobo žijúcich bez domova klesol o 65 percent. Pri poslednom odpočte sme mali 4 300 jednotlivcov bez domova a 200 rodín bez domova. Dve tretiny z nich prechodne bývali u svojich priateľov a príbuzných. Počet ľudí žijúcich v dočasnom ubytovaní a tých, čo občas zostanú na ulici, je veľmi nízky.

**Sú toto približné počty ľudí, ktorí sa do roku 2027 tiež dostanú k bývaniu?**

V podstate áno. Samozrejme, musíme urobiť všetko možné, aby ďalší ľudia neprichádzali o domov. Práve preto sa do veľkej miery sústreďujeme na rozvoj poradenstva, zameraného na udržanie bývania. V praxi ide o to, že sociálni pracovníci pracujú s nájomníkmi ešte

predtým, ako by sa prepadli do bezdomovectva. Spolu urobia všetko, čo sa dá, aby zabránili vystaňovaniu. Doteraz sa to dialo najmä v dostupnom sociálnom bývaní. Teraz sa to čiastočne rozširuje aj do súkromného sektora.

**Aj na Slovensku je veľa ľudí, ktorí žijú v preplnených bytoch alebo prespávajú u rodiny a známych.**

Túto kategóriu ľudí rátame do celkového počtu ľudí bez domova. Máme širokú definíciu bezdomovectva. Vo väčšine krajín sa za ľudí bez domova považujú len tí, ktorí žijú v dočasnom ubytovaní alebo prespávajú vonku.

**Ako to u vás vyzerá teraz, keď sa blížite k ukončeniu bezdomovectva?**

Je to veľmi zaujímavé. Sme už naozaj blízko k ukončeniu bezdomovectva. Zároveň vidíme, že profil ľudí bez domova sa mení. V začiatkoch housing first to boli najmä tí, ktorí mali závažné sociálne a zdravotné problémy ako psychiatrické diagnózy a závislosti. Teraz sú to podľa niektorých odborníkov skôr mladší ľudia závislí na drogách. Bežné riešenia, ktoré v housing first ponúkame, pre túto skupinu nie vždy fungujú. Musíme byť kreatívni. Hľadať nový spôsob, ako kombinovať podporu alebo liečbu a rehabilitáciu. Máme už niekoľko sľubných príkladov peer podpory od ľudí, ktorí zažili a prekonali drogovú závislosť a teraz pomáhajú iným.

**Znamená to, že neexistuje jedno riešenie pre všetkých?**

U nás je housing first modelom, na ktorom je založený celý systém.



Nemáme jedno fixné riešenie. Rozvíjame ho podľa aktuálnych potrieb. Inak by to nefungovalo. Musíme načúvať ľuďom, o ktorých hovoríme, že im pomáhame. Nie každému so skúsenosťou s bezdomovectvom najviac vyhovuje model rozptýleného bývania – v sociálnom nájomnom byte, obklopenom bežnými bytmi. Sú ľudia, ktorí by takto trpeli pocitmi osamelosti a izolácie, ale profitujú z malých komunít. Pre nich lepšie funguje bývanie v podpornej jednotke, napríklad v bytovom dome, kde môžu kedykoľvek využiť súkromie svojho bytu. Zároveň sa môžu zúčastňovať komunitných akcií v spoločných priestoroch. Popritom získavajú neformálnu podporu od ľudí s podobným životným príbehom, ale aj od sociálnych pracovníkov, ktorí sú v tomto type bývania k dispozícii. Obrázky našich bývaní nájdete v príručke Váš vlastný domov, ktorú si môžete zadarmo stiahnuť na stránke Y-Foundation.

**Môžeme teda povedať, že stále prichádzajú nové výzvy a ani pre vás to nie je uzavretá vec?**

Áno, inak by to bolo príliš jednoduché. Výzvy prichádzajú, ale na základe skúseností vieme, že dokážeme nájsť riešenia. Bezdomovectvo sa dá vyriešiť, ak je dostatok vôle. Vyžaduje si to zdroje, ale v porovnaní s nákladmi spojenými s bezdomovectvom je to stále celkom zvládnuteľné.

**Prečo považujete domov za nevyhnutný základ pre prácu s ľuďmi bez domova? Prečo sa iné, napríklad zásluhové modely neosvedčili?**

Možno sa vyjadрім príliš jednoducho, ale ak chcete ukončiť bezdomovectvo, prečo nezačať od toho najzjavnejšieho? Od toho jednoduchého? Zabezpečiť domov by malo byť jednoduché. Zvyšok je náročnejší. Nerozumiem, prečo každý nerozmýšľa týmto spôsobom. Začnite s jednoduchými, zjavnými problémami, ktoré sa dajú vyriešiť v podstate okamžite.

**Ako ste začali? Aké boli reakcie politikov, sociálnych pracovníkov a ľudí bez domova, keď ste im ponúkli nájomnú zmluvu ku skutočnému domovu?**

Je to dlhá história. Naša organizácia Y-Foundation začala kupovať byty od svojho vzniku v roku 1985. Do národného programu sa zapojili veľké mestá. Štát sa čiastočne podieľal na financovaní, takže miestni politici neboli proti. Možno niektorí sociálni pracovníci v prvej línii boli spočiatku nedôverčiví. Jedným z dôvodov podľa mňa bolo, že to zmenilo deľbu moci vo vzťahu medzi expertom a klientom. V housing first je to rovnocenný vzťah, v ktorom musíte budovať dôveru. Nájomníci majú viac práv. Ak nechcú, aby niekto vošiel do ich bytu, musíme to rešpektovať. Iným spôsobom tu treba budovať dôveru a motivovať napríklad k liečbe, ak je potrebná. A reakcie ľudí bez domova? Povedal by som, že boli väčšinou úžasné. Mnohí nemohli uveriť, že dostali takýto byt, že sa s nimi zaobchádza ako s rovnocennými ľudskými bytosťami. Pretože o toto ide, je to otázka ľudskej dôstojnosti.

**Pre svojich nájomníkov vytvárate nové pracovné miesta, aby boli nezávislí a upevnili si sebavedomie. Aké práce ponúkate?**

S 18 000 bytmi máme veľa budov, okolo ktorých je veľa práce. Treba tam upratovať, robiť opravy a údržbu, záhradnícke práce, starať sa o vonkajšie priestory. Máme nájomníkov, ktorí pracujú v našom stahovacom tíme. Vytvárame tiež sieť firiem a iných neziskoviek, aby sme našli nové možnosti zamestnania. Napríklad fínska pošta v niektorých regiónoch potrebuje doručovateľov. Naším nájomníkom oznamujeme, že tam môžu získať prácu. Rýchlo sa to rozvíja. Dokonca máme aplikáciu, kde si môžu nájomníci vytvoriť svoje profily, napísať, čo vedia robiť, a potom môžeme napríklad my v nadácii podľa toho dávať pracovné ponuky. Keď robotu skončia, dostanú výplatu a získajú aj odporúčanie, podobne ako na Uberi. Môžu to použiť ako nejaký digitálny pracovný životopis, keď chcú získať zamestnanie na trhu práce. Som na to veľmi pyšný, lebo to bol môj nápad, ponúknuť prácu našim nájomníkom.

**Ako robíte sociálne bývanie udržateľným? Stačí príjem z nájomného alebo potrebujete ešte nejaké dotácie?**

V zásade je to udržateľný model financovania a príjem z nájomného by mal pokryť náklady. Doteraz to fungovalo. Používame tiež granty na nákup bytov. Pravdepodobne v tom však nastanú zmeny a do budúcnosti budeme mať menej týchto peňazí. Zámerom nie je vytvárať zisk. Ak je tam nejaký prebytok, použijeme ho na nákup bytov a výstavbu nového bývania. V súčasnosti sa zaoberáme aj klimatickou zmenou. Svojím dielom sa zapojíme do uhlíkovej neutrality do roku 2035. Chceme to urobiť férovým spôsobom, bez zvyšovania nájomného. Musíme byť veľmi inovatívni – stavíme viac z dreva a budujeme nízkopodlažné budovy. Už teraz ich máme niekoľko a plánujeme ich viac.

**Aká je vo Fínsku finančná podpora pre ľudí bez príjmu?**

Ak z nejakého dôvodu nemáte žiadny príjem, môžete dostať podporu zo sociálneho zabezpečenia. Nie je to veľa, ale prežijete s tým. A k tomu môžete dostať všeobecný príspevok na bývanie, ktorý môže pokryť 80 percent vášho nájomného. Môže byť nižší, ak máte nejaký príjem. Tieto príspevky vytvárajú sociálnu sieť, ktorá vo väčšine prípadov funguje. Samozrejme, vždy sú ľudia, ktorí cez ňu prepadnú.

**U nás sú tieto príspevky veľmi nízke alebo slabo dostupné.**

Najväčšia investícia nášho štátu ide na bývanie. Vlni celková suma príspevkov na bývanie dosiahla dve miliardy eur, takže obrovskú sumu. Myslím, že okolo 15 percent ľudí u nás dostáva tento príspevok.

**Je to stále menej peňazí, ako by ste platili, keby ste mali viac ľudí bez domova?**

Áno, presne tak. Ak by sme vybudovali viac dostupného sociálneho bývania, mali by sme menšie výdavky na príspevky na bývanie. Ľudia by mohli využívať tieto byty namiesto komerčných nájomných bytov, ktoré sú drahšie.

**Na Slovensku sa očakáva, že sa každý o seba dokáže postarať. Ak nie, je to iba pre nedostatok snahy. Toto nastavenie môže vyvolávať nevraživosť voči ľuďom bez domova, ktorým chceme pomáhať bez**



**toho, aby sa o to najskôr museli zaslúžiť. Ako sa to dá zmeniť? Ako môžeme byť ľudskejší?**

Je to pekná myšlienka, že každý je pánom svojho osudu. Vieme však, že nie je pravdivá. Je to veľmi individualistické myslenie. Pandémia nás naučila, že ľudia veľmi potrebujú iných ľudí. Bez iných nie sme kompletné ľudské bytosti. Nevie, ako to nastavenie zmeniť, ale viem, že nefunguje. Možno mladá generácia to dokáže otočiť.

**Mohlo by aspoň čiastočne pomôcť, keby mala u nás širšia skupina ľudí napríklad lepší prístup k bývaniu vďaka príspevkom na nájomné?**

Áno, myslím si, že preto je dôležitá aj idea univerzálneho základného príjmu. Toto by zabezpečilo základné veci pre všetkých a podľa mňa by to mohlo uvoľniť ľudský potenciál, ktorý teraz plne nevyužívame.

**Vo Fínsku ste od začiatku mali silnú politickú vôľu na riešenie bezdomovectva na princípoch housing first. Myslíte si, že to bolo vašim celonárodným nastavením, ktoré je iné ako v našej krajine?**

Určite je to jeden z dôvodov. Stále si myslíme, že sa musíme starať o seba navzájom. Zabezpečiť pomoc ľuďom, ktorí ju potrebujú. Udržať ich tak na jednej lodi s nami ostatnými.

**Urobili by ste niečo inak, keby ste sa mohli vrátiť v čase? Aby sme my, čo sa od vás chceme učiť, išli k rovnakému cieľu skratkou?**

Keby bolo možné vrátiť sa o pár rokov, rád by som videl rýchlejšie napredovanie. Viac bytov a rýchlejšie. Keď ľudia vidia, že sa veci dejú, vytvára to psychologický efekt. Pri renovácii útulkov a hostelov na byty sme cítili, že naozaj niečo robíme. Časové rozpätie medzi rozhodnutím a činmi pre ukončenie bezdomovectva by malo byť veľmi krátke. Myslím si, že sme to u nás mohli urobiť oveľa lepšie. Už sme mali mať bezdomovectvo vyriešené.





# Divadelná mágia



Dagmar Gurová



Patrik Krebs

*V Divadle bez domova sú zvyknutí, že aj v poslednej chvíli sa všetko môže zmeniť. Tentokrát prišiel lockdown dva dni pred ich festivalom Error, na ktorý pozvali bezdomovecké divadlá z rôznych kútov Európy.*

Obvykle rušná ulica pred Piszto-ryho palácom je sviatočne vysvietená, ale takmer prázdna. Podobné je to vnútri, kde sa práve začal Medziná-rodný festival bezdomoveckých di- vadiel Error. Pätnásty ročník mal byť oslavou divadla a života. V zákulisí sú však len domáci, herci Divadla bez domova.

„Vždy predpokladáme, že sa čosi zmení, a máme viacero záložných plá- nov, ale toto bolo ako rana z jasného neba,“ hovorí principálka divadla Ur- šuľa Kovalyk. „Najskôr nám vybuch- lo pár divadiel kvôli karanténe. Dva dni pred festivalom prišiel lockdown a všetko sa muselo presunúť do online priestoru.“

## Mňa to online nebaví

Dúfali, že budú naživo streamo- vať aspoň vlastné predstavenie Cirkus Madraš. „Nakoniec to nešlo. Dve he- rečky sa pre pandémiu nemohli dostať zo zariadení sociálnych služieb. Pred dvoma týždňami zomrel náš kamarát a herec Pišta. V takom krátkom čase

a popri všetkých organizačných prob- lémoch sme ich role nestihli preobsa- diť a hru znova naskúšať,“ vysvetľuje Uršuľa.

Museli ju pustiť zo záznamu, tak ako ostatné predstavenia. Na posled- nú chvíľu žiadali divadlá, ktoré mali prísť z rôznych kútov Európy, aby na- miesto toho poslali svoje nahrávky. Osem divadiel z krajín Vyšehradskej štvorky a Španielska poslalo svoje predstavenia, a tak sa podarilo dodr- žať program takmer na sto percent.

„Tak sme sa zase nestretli,“ povedal Štefan, prezývaný Barát, ktorý je aj predajcom NOTA BENE. „Tešil som sa, že tento rok festival bude. Mali sme sa vidieť po veľmi dlhom čase, lebo ani vlani to nevyšlo. Čakali sme aj nové divadlo z Varšavy. Mňa to online ne- baví. Technicky sa to snažím odohrať čo najlepšie, ale chýbajú mi diváci aj iné divadlá,“ povzdychne si.

„Jemu špeciálne chýbajú diváci,“ pridáva sa herečka Deni, ktorú Barát opatrne priviezol na invalidnom vozí- ku. „Hovoríeva, že ak nie je preplnené javisko, ani sa mu nechce hrať. Di- vákmi žije, dodávajú mu energiu,“ vy- svetľuje Deni a Barát prikyvuje. „Keď hráme u nás doma a je tu tridsať ľudí, tak si poviem, že to je málo. Päťdesiat je také optimálne číslo. Vtedy ma to už ťahá na javisko.“

Teraz čakali osemdesiat pozva- ných hostí a mohlo prísť až do stopäť- desiat ľudí. „To by sa len dobre hralo,“ zasníva sa Barát, ktorý hrá klauna a spolu s princípálom uvádza hlavné čísla cirkusu. „Hádam sa s ním, robím grimasy a najväčšie nezbedy. Je to správne uletené.“

## Cirkusanti na okraji

Cirkus Madraš je avantgardná hra ruského surrealistického spisovate- ľa Daniila Charmsa. „Jeho texty sú zaujímavé a veľmi sa k nám hodia,“ dodáva Zuzka, ktorá je v Divadle bez domova už päť rokov. „V repertoári máme viacero vážnych tém. Toto je vtipné predstavenie, vhodné aj pre deti. Charms nás osviežil. Som rada, že hráme jeho hru. Dúfam, že aj on by sa potešil.“

Herci Divadla bez domova stvár- ňujú ľudí na okraji spoločnosti, kto- rí zdanlivo nič nevedia. Zuzka má v Madraši spoločný výstup so Zajou. Zuzka hrá neposlušnú levicu, Zaja krotiteľku, ktorá si s ňou nevie pora-

diť. „Robím si z nej žarty, ale nakoniec spravím ústupčivé gesto, aby sa nepo- vedalo,“ usmieva sa Zuzka. Zaja hrá aj vedmu z Egypta, ktorá hovorí slová odzadu. „Trénujem to od škôlky a ni- kdy som si nemyslela, že to využijem. V bežnom živote je to zbytočnosť, ale keď ma počul náš režisér Patrik Krebs, povedal, že to musíme použiť.“

Jela, ktorá vo všedné dni predáva náš časopis, v predstavení žongluje. „Som taký komický žonglér, ktorému padajú imaginárne loptičky. Pôvod- ne ho hral náš kolega Mongi, ktorý sa však stratil a veľmi tu chýba. Mal výnimočný talent na pantomímu a vedel žonglovať. Ja som taký žonglér vo výslužbe, ale do tejto hry to sedí.“

Deni v tejto hre z väčšej časti zakrýva veľké plátno s namaľova- nou postavou baletky. „Znie to mož- no zvláštne, baletka na vozíku, ale v Charmsovom predstavení je všetko iné. Môžete tam uletieť do sfér, o kto- rých sa vám ani nesnívalo. V divadle

je všetko možné. A nemali by sme zabudnúť, že sa to môže podariť aj v živote.“

## Zmena je výzva

Všetkým je ľúto, že nehrali naživo. „Pre divákov by to bol úplne iný záži- tok, ale toto je lepšie ako nič,“ zhodujú sa. Na zmeny, aj tie obrovské, sú vy- trénovaní. „Bola som veľmi dlho veľmi chorá,“ spomína Zaja. „Už len to, aby som sa pohla z postele, bolo pre mňa veľkou zmenou. Musela som veľmi pracovať na tom, aby sa mi čokoľvek podarilo. Veci, s ktorými sa dá niečo robiť, sa snažím zmeniť. Tie, ktoré neviem ovplyvniť, prijímam.“

Deni si na každý deň musí naplá- novat pomoc niekoľkých osobných asistentov. „Stáva sa, že im do toho niečo príde. Nemôžu mi pomôcť a mu- sím to riešiť. V mojom živote sa stále niečo mení. Zmena je pre mňa skôr výzvou. Občas ma položí na zem, ale







keď sa vyspím, premením ju na niečo, čo mi pomôže sa z tej zeme pozbierať.“

Dokáže to aj vďaka divadlu, ktoré jej pomáha vyrovnať sa i s najťažšími zmenami, ako bola napríklad smrť Pištu. Barát to vníma podobne. Aj preto chcel na festivale hrať vo veľkom štýle. „Chcel som dať do toho to najlepšie zo seba na Pištovu pamiatku. My dvaja sme z toho vedeli spraviť šou,“ spomína.

„Všetkým nám chýba, ale nechcem byť až taká smutná,“ hovorí Deni. „Pišta by nebol rád. Práve on nám často ukazoval, že zmena sa dá pre-dýchať, len na ňu človek musí pozrieť zo správneho uhla.“

Divadlo bez domova bolo od svojho vzniku pred pätnástimi rokmi plné nečakaných zvrátov. „V pandémie je to ťažšie kvôli technike,“ hovorí Uršuľa. „Máme šťastie, že sme si minulý rok natočili predstavenie a zabezpečili ľudí, nášho účtovníka Doda a jeho syna Adama, ktorí vedia urobiť stre- am. Sú veľmi dôležití, lebo s nimi do- kážeme byť flexibilní.“

### Štúdio Error

Vlani to bolo ľahšie. Približne mesiac dopredu vedeli, že prídu len

niektoré divadlá, a dramaturgicky sa na to pripravili. Aj tento rok chceli, aby mali diváci pocit, že v Pisztoryho paláci sa niečo deje. Vymysleli Štúdio Error, kde princípáli Uršuľa s Patrikom a dramaturg Tomáš Kubiš v živých vstupoch spomínali na predošlé ročníky festivalu. Prizývali k tomu aj hercov Divadla bez domova. „Nemohli sme si to naskúšať, takže improvizujeme,“ hovorí Uršuľa. „Občas si dávame neverbálne pokyny zvláštnymi posunkami, aby sme sa dohodli, kto sa niečo pýta.“

Jela spomína na piaty ročník festivalu, ktorý prebiehal na Malej scéne. Divadlo bez domova vtedy hralo hru Zázračné dieťa naštudovanú podľa jej knihy. „Bola som veľmi rada, že sa takto verejne otvorila téma psychických ochorení, ktoré sú časté, ale tabuizované.“

Patrik sa pýta, aké je patriť k súbo- ru, v ktorom spolupracujú ľudia bez domova, ľudia s telesným znevýhodnením či psychiatrickou diagnózou. „Veľmi ma prekvapilo, ako som sem zapadla,“ hovorí Jela. „V minulosti som sa vždy cítila vyčlenená, ale tu je veľká súdržnosť.“

Ostatní herci zatiaľ sedia pri laptope v druhej miestnosti, kde

môžu sledovať celý program. „Na ubytovni by si to takmer nikto po- zrieť nemohol. A mali by pocit, že festival ani nebol,“ hovorí Uršuľa. „Pevne verím, že divadlá prežijú do budúceho roka a budú môcť prísť. My sme stopercentne zaočkovaní. Urobili sme všetko preto, aby pandemická situácia nebola taká, aká je. Divadlo nemôže robiť homeoffice. Nemôžeme úplne prejsť do virtuál- neho sveta. V divadle treba sedieť, cítiť, ako herci dýchajú, aká je tam mágia. Prebieha tam niečo, čo sa nedá zachytiť kamerou.“

Zaja dodáva, že sa jej veľmi páči, že prichádzajú rôzne divadlá. „Nepo- čujúci herci z Poľska, viaceré divadlá z Česka, speváčka Pat z New Yorku, naši kamaráti z Maďarska, Slovinska. Vždy to bolo veľmi pestré a ľudsky vý- borné. Spája nás umenie aj skúsenosti s ťažkým životom.“

Mnohé z divadiel, ktoré kedysi na Error prišli, už neexistujú. Zažiarili a zhasli, ale stálo to za to. „Možno aj vďaka divadlu som pochopila, že zmeny netreba brať tak tragicky,“ hovorí Deni. „Zmeny náš svet niekedy robia krásne farebným. Vytvárajú dúhu a je len na nás, či ju vidíme v odtieňoch sivej, alebo vo farbách.“

# Vlk samotár



Dagmar Gurová

*Marián bol jedným z prvých predajcov NOTA BENE. Neskôr si našiel prácu, ale so zhoršujúcim sa zdravotným stavom sa k predaju časopisu vrátil. Najväčšou výzvou je preňho nájsť bývanie, v ktorom by mohol žiť dôstojne a samostatne.*

Marián predáva NOTA BENE na rohu Heydukovej a Mariánskej. Pre- dajcom sa stal pred dvadsiatimi rok- mi, keď časopis vznikol. Pôvodne vy- študoval banské stavby. Zakotvil však v automobilke, kde pracoval v oblasti vývoja. Keď sa mu rozpadla rodina, za- čal bývať na internátoch a ubytovniach. „Vážne som ochorel a prišiel som o prá- cu,“ spomína. „Strata práce je hrozná vec. Neviete, ako všetko zaplatiť, ako sa s tým vyrovnáť. Veľa ľudí to položí.“

Bez práce si nedokázal zaplatiť bývanie. „Ostal som na ulici. Bol to obrovský šok a ja som ho nevládol. Prepadol som ťažkému alkoholizmu. Zbieral som železo a bol som totálne na dne.“ Zlomiť závislosť je ťažké i pre človeka, ktorý má domov a blízkych ľudí. Marián bol na to sám, ale dokázal to. „Povedal som si, že toho bolo dosť. Toto predsa nie som ja a musím sa z tej kaše dostať.“

### Za každého počasia

Začal predávať NOTA BENE. Neskôr si našiel prácu na stavbách. „Tam nik- to nerieši, čo ste zač. Zaujíma ich, čo dokážete. Som manuálne veľmi zručný a rýchlo sa dokážem adaptovať. Čokoľ- vek niekto robí, odkukám to,“ hovorí. „Treba na to technické myslenie aj fan- táziu. Len šikovné ruky nestačia.“

Robil u súkromného podnikate- ľa, ktorý mu neplatil. Pracoval len za stravu a bývanie. „Mnohí podnikatelia zneužívajú ľudí bez domova. Urobia si z vás otroka,“ vysvetľuje. „Bez bývania nemôžete pracovať. Spávať vonku je strašne deprimujúce. Za základnými potrebami cestujete po celom meste.“

Po čase stretol partiu stavbárov, s ktorými sa spriatelil a robia spolu dodnes. „Potrebujem tvoriť. Niečo po mne musí byť vidieť, preto ešte stále pracujem, koľko mi dovolí môj zdra- votný stav. “ Robí elektrinu, vodu, te- sárske práce, vyrába schody, okenice.



„Momentálne sa venujem špaletám na fasáde. Robím pomalšie, ale precízne.“

Na stavbách kedysi pracoval za kaž- dého počasia, čo sa odrazilo na jeho zdraví. Vlani v auguste už takú prácu nevládal. Preto si znova začal privyrábať predajom NOTA BENE. Je plne invalidný. Chodí do nemocnice na biologickú aj chemickú liečbu. Má nárok na opatrova- teľskú službu v rozmedzí 8-12 hodín den- ne, no zatiaľ si ho nemal ako uplatniť.

### Nechcel nič navyše

„Dvanásť rokov som býval na ubytov- ni, ktorá mi veľmi vyhovovala. Majiteľ však hovoril, že desím ľudí, lebo mi nie- koľkokrát museli volať sanitku. Ak nie- kto potrebuje chodiťko a pomoc druhých ako ja, na tento postoj naráža takmer všade.“ K odchodu z ubytovne prispelo aj to, že covid-19 a lockdowny našim predaj- com výrazne zhoršili možnosť zarobiť si. Snažili sme sa to kompenzovať plošným

príspevkom na bývanie. V Mariánovom prípade sa táto podpora predĺžila na päť mesiacov. Trvala by aj dlhšie, lenže už o ňu nepožiadala a presťahoval sa do sta- nu. „Bolo mi nepríjemné dostávať niečo navyše oproti ostatným predajcom.“

V stane prežil štyri mesiace. Ku kon- cu tam už bola neznesiteľná zima. Vďaka dobrým zákazníkom sa mu podarilo zarobiť na jeden mesiac v ubytovni. „Čo bude ďalej, neviem. Súčasný lockdown znova veľmi ovplyvnil predaj.“

Naši sociálni pracovníci pomohli Mariánovi vybaviť invalidný dôchodok, ktorý by mu mal nabehnúť tento me- siac. Prebrali s ním aj možnosť bývania v domove sociálnych služieb. Marián však túži bývať samostatne. „Som vlk sa- motár,“ vysvetľuje. „Ideálne by bolo, keby som si niekde mohol upraviť nebytové priestory. Chcel by som mať obyčajný, pokojný život. Domov, kde by som si mohol navariť, prečítať knihu a naozaj si oddýchnuť.“





# Čeľuste naživo



Jana Čavojská



Marcel Rebro

*Na zážitok z potápania s veľkými bielymi žralokmi si pripravte niekoľko tisíc eur. Mexická vláda z týchto peňazí financuje ochranu podmorských národných parkov a ohrozených zvierat.*

Dobrodruh Marcel Rebro vie, keď treba, prežiť na cestách aj z dvoch dolárov na deň. No veľké biele žraloky sú o peniazoch – a on ich za túto skúsenosť neváhal zaplatiť. „Veľký biely žralok je po kosatke druhý najväčší predátor na Zemi. Preto som ho chcel vidieť a fotografovať,“ hovorí. Hoci niektorí ochranári považujú takéto potápanie za žralokmi za akýsi druh zoologickej záhrady, ďalší sú si vedomí toho, že bez peňazí od turistov by nebola možná dôsledná ochrana divých zvierat. Marcel s nimi súhlasí.

## Podľa pravidiel

Na Zemi sú tri miesta, kde sa dá potápať s veľkými bielymi. Južná Afrika – tam je chladná voda a zlá viditeľnosť, Austrália – s malou pravdepodobnosťou, že žraloky uvidíte, a mexický ostrov Guadalupe v Tichom oceáne, stovky kilometrov od pobrežia. „Ostrov a okolitý oceán sú biosférickou rezerváciou. Stráži ju armáda. Keby tam neboli vojaci, už je tá oblasť vylovená,“ tvrdí Marcel. A zrejme má pravdu. Ukázalo sa to napríklad v roku 2020

na Galapágoch. Čínska rybárska flotila – niektorí ju nazývajú armáda – niekoľkých stoviek lodí za mesiac vylovila z tejto unikátnej lokality tisíce ton morských živočíchov. Jedinečné prírodné bohatstvo už nikto nevráti späť. „Čínski rybári sú ako kobyľky,“ potvrdzuje Marcel, ktorý videl ich vyčíňanie na vlastné oči v Indonézii. „Plutvy žralokov používajú ako afrodiziakum aj do drahej polievky. Vylovili žraloky, odrezali im plutvy a živé ryby hádzali naspäť do vody. Mexičania sa tomuto snažia zabrániť.“



Preto je potápanie so žralokmi drahé. Počet ľudí a ponorov úrady prísne limitujú, aby zvieratá nadmieru nevyrušovali. Samce priplávajú ku Guadalupe v júli, samice v septembri. Zostávajú približne do februára, aby sa spáрили. Potom pokračujú vo svojej ceste naprieč oceánmi našej planéty. Počas „sezóny“ je v okolí Guadalupe asi tristo žralokov. Najstaršie a najznámejšie z nich majú mená a poznávacie znamenia, na základe ktorých ich potápači a vedci dokážu identifikovať.

Potápačov vozia ku Guadalupe all inclusive lode. „Na palube je vždy aj inšpektor, ktorý dozerá na to, aby potápanie prebiehalo podľa pravidiel a nerobilo sa nič nedovolené, napríklad prikrmovanie čerstvou krvou,“ vysvetľuje Marcel. Lode sú pohodlné. Každý má súkromnú kajutu s vlastnou toaletou a sprchou. Jednoducho, turizmus na mieru Američanom, ktorých sem prichádza najviac. Ani na potápanie v kletke netreba veľké zručnosti. Potápača spúšťajú len do pámetrovej hĺbky, takže nemá dekompresiu a vzduch dostáva cez hadicu. Nepotrebuje teda vedieť ovládať žiadne prístroje. Paradoxne, k obrovskému predátorovi sa takto môže potopiť aj úplný začiatočník.

### S monštrami pod vodou

Marcel už žraloky predtým v oceáne fotografoval na iných miestach sveta. „Známi sa ma vždy pýtajú, či som sa nebál. Žraloky sú však veľmi plaché. Musel som byť opatrný, aby predo mnou nezdrhli. Navyše, potápač nie je ich typická potrava. Je gumený, kovový, idú z neho bublinky a divne smrdí. Toto som rozprával až do ponorov na Guadalupe. Lebo kým predtým som videl maximálne trojmetrové žraloky, tu mali tri metre mladé samce. Dospelé samice mali päť – päť a pol metra.“ Maketa, ktorú používali pri nakrúcaní hororu Čeluste, mala viac ako sedem metrov. Najväčší zdokumentovaný veľký biely žralok, samica menom Deep Blue, merala šesť a pol.

Päť a pol metrové monštrá však Marcelovi a jeho parťákom úplne stačili. Potápanie na Guadalupe má oproti iným svetovým destináciám obrovské výhody. „Voda má aj dvadsaťštyri stupňov. Izbová teplota.

A viditeľnosť je skvelá. Pod vodou vydržíš aj dve – tri hodiny.“ Skúsenosť z kletky zmenila Marcelov pohľad na tieto zvieratá. Mal ich takmer na dosah ruky a mohol pozorovať ich správanie. „Plávajú rýchlosťou 25 kilometrov za hodinu. Ich rýchlosť a technika lovu sú neuveriteľné. Mladé samce lovia predvídateľne. Ale pri starších a väčších rybách nikdy nevieš, čo urobia. Za korisťou dokážu vystreliť takou rýchlosťou, že sa do pol tela ocitnú nad hladinou. Na ich jedálnom lístku sú hlavne tulene a uškatce. Žralok ich nepotrebuje ani uhryznúť. Zabije ich nárazom. Zospodu svoju korisť naberie a zlomí jej chrbticu.“

Zvieratá útočili aj na kletku. Potápači sa v takom prípade vo vode prekopfclí. No vlni sa menší žralok dostal do kletky. Ešte bol schopný prekíznuť pomedzi mreže. Dopadlo to dobre. Zhora ju otvorili a on vyplával. Povest', akú veľkému bielemu urobil film Čeluste, však Marcel považuje za prehnanú. „Žraloky väčšinou napádajú surfistov, lebo surfista na hladine vyzerá ako tuleň. Často je to fatálne. Ak žralok uhryzne, je to test. Príde, cvakne, nechutí mu, odpláva. Takto to funguje u žralokov bežnej veľkosti. Nevieť si predstaviť, čo by spravilo testovacie uhryznutie od veľkého bieleho. Pravdepodobne by odplával s mojou rukou alebo nohou.“

### Turizmus ako záchrana

Pre západné pobrežie Mexika a polostrov Baja California sú typickejšie veľryby ako veľké biele žraloky. Vo februári sa pri pobreží pária. Chodia sa na ne pozerat turisti, oslavujú tu slávnosti veľrýb, predávajú suveníry. Kedysi miestni veľryby aj lovili. To je však už dávno zakázané. Rovnako ako potápanie s veľrybami. Vedci nechcú, aby ohrozené tvory niečo rušilo. Turisti ich môžu pozorovať z brehu alebo z lodí.

Potápači sem však prichádzajú aj za ďalšími živočíchmi. Napríklad na ťah sardiniiek. „Ten sme chceli stihnúť tiež, ale boli sme tam príliš skoro. Sardinky tiahli týždeň po našom odchode,“ rozpráva Marcel. Vtedy plávajú v obrovských húfoch. Predátori ako mečúne, žraloky či vtáky na týchto húfoch hodujú až do poslednej rybičky.

Marcel a jeho priatelia sardinky síce nestihli, no potápali sa aj s uškaticami. „Niekedy sú nebezpečnejšie ako veľké biele žraloky,“ tvrdí Marcel. „Inak prítulné živočích, ktoré sa chcú hrať, mi obhrýzli blesk. Sú veľmi teritoriálne, a keď im niekto vlezie na ich územie, vedia byť nepríjemné. Najväčšie uškatce majú tri metre. Raz sme videli rodinku s mladými v úžine pod hladinou. Najprv tam vplával Pefo. O chvíľu cúval, čo je pod vodou veľmi náročné. Vycúval a niečo mi ukázal rukou. Pochopil som, že mi chce povedať: Ok, všetko som odfotil, poď fotiť ty. Ale on ukazoval: Pozor, je tam samec a hryzie. Vliezol som tam, ale na rozdiel od Peťa som mal mäkké rekreačné plutvy. S nimi sa veľmi cúvať nedá.“

Veľký samec do Marcela dorážal a on sa snažil kryť fotoaparátom v masívnom puzdre ako štítom. Vedel, že sa nesmie otočiť. To by ho samec uhryzol. Našťastie sa mu podarilo vyplávať z úžiny. Samec ho prenasledoval a doslova ho pritlačil o dno. Divemaster neskôr Marcelovi hovoril o prípade potápačky, ktorú takto samec stiahol za tridsať sekúnd do hĺbky osemdesiat metrov. Našli ju mŕtvu. Tieto údaje zistili vďaka počítaču. Zviera sa zrejme chcelo hrať. No ženu zabilo.

Marcel radšej spomína na zážitok, keď skákal do vody a obkročmo pristál rovno na pätnásťmetrovom žralokovi obrovskom. Cení si, čo všetko mohol pri mexickom pobreží vidieť. „Dnes je takýto turizmus zrejme jediný spôsob, ako udržať rezervácie v stave, aby tam ešte existoval život,“ myslí si. „Inak by to dopadlo ako Červené more. Kedysi krásna destinácia, ktorá je teraz úplne vylovená.“

1 K žralokom na pár metrov sa potápači dostanú v kletke.

2 Fotografovanie pod vodou.

3 Milé zvieratko? Uškatce môžu byť nebezpečné.

4 Uškatiec obhrýzol Marcelovi blesk, vnímal to ako hru.

5 Predátor na love.







Hádám bude aspoň suché drevo na zakúrenie.

# Sen o vode a svetle



Lucia Bucheňová



Alan Hyža

*Je deväť hodín večer, tma už od piatej, sneh sa síce roztopil, ale zima je statočná. Lubka, zababušená od hlavy po päty, sedí pri kachliach a už vyše hodiny sa snaží zakúriť. „Je to makačka, drevo je premočené, ale dám to. Musím.“*

Iná by plakala zo zúfalstva, hysterčila, Lubka nie. Je čarovná. S úsmevom sa prihovára vlhkým klátikom, aby ju neštvali, veď „v dome“ musí byť teplo. Nie pre ňu. Pre jej Maroša. Toto je príbeh o veľkej láske bez detí.

Luba mala presne na Štedrý deň 43 rokov, partner Maroš o štyri viac. Spoznali sa pred trinástimi rokmi v potravinách, ona doňho narazila a rozbila mu vajíčka, a s energiou pre ňu typickou sa zbesilo pustila do ospravedlňovania a následného upratovania rozliatych vajec. Marošovi kázala, nech len stojí, ona všetko uprace. Vypýtal si od nej číslo, pár dní ju volal na kávu. Aby to už mala z krku, jedného októbrového dňa na tú kavičku predsa len išla. „A bola ruka v rukáve, zlatý je, nie je on typ, že ma chytí za ruku, objíme, ale viem, že ma má v srdci. Len keby sa mu polepšilo...“

So svojou povahou je Luba ako stvorená pre prácu opatrovateľky seniorov. Aj ju dlhé roky robila, starších, chorých nielen obriadila, ale veselo s nimi poštebotala, rozsievala okolo nich pozitívnu energiu. „Áno, som spoločenská, rada spoznávam nové bytosti, málokedy sa mračím, vždy môže byť ešte horšie, ako je, načo sa umárať, ľutovať. Kedysi som pešo prešla Švajčiarsko a Rakúsko, dva roky som sa sama túlala svetom, chcela som vyskúšať, či to dám, bola som hrozne zvedavá na ľudí, na dedinky, lazy. Dalo mi to veľa, zistila som, že sa nestratím, že prekonám hocičo. Zjednodušene – táto moja cesta ma posilnila. A preto ani aktuálna situácia ma nesmie zlomiť, hoci, ťahá sa to už dlho. Tri roky bez vody, elektriny, to je už moc.“

Vráťme sa o štyri roky dozadu. Ona opatrovala seniorov, Maroš makal na prerábkach bytov, mal svoju živnosť. Prenajímali si trojizbový byt v hlavnom meste, žili v ňom so štyrmi malými psíkmi, z ktorých každý jeden má tiež nejaký osud. Niektorí by si ťukal na čelo, že len blázon je taký závislý na štyroch psoch, ale keď vám v sedemnástich vyoperujú pre istotu vaječníky aj maternicu, a v najkrajšom veku dostane verdikt „mamou nikdy nebudeš“, potom inak vnímate Lubkinu vetu, že Emka, Dunčo, Šedinka a Drobček Lilinka sú ako jej deti.

Pred piatimi rokmi začal Maroš chradnúť. Domov chodil unavenejší, nič nevládal, ráno však vždy vstal a išiel do roboty. Jasné, že išiel k obvodnej, a nie raz, vždy mu zobrala krv, popočúvala ho a skonštatovala, že krvný obraz má v poriadku, nič mu nie je... „Až nevládal tak, že prestal chodiť do roboty, nedával to vôbec. Z jedného platu sa už prenájom ťahať nedal. Nájst niečo menšie bol problém. Lebo psíkov sme sa nechceli vzdať, to naozaj nejde. Darma hovoriť, že sú vychovaní, prítulní, neškodní. Nikto nás nechcel.“

Skončili v skromnej chatke v dúbravskom lese v Bratislave. Bez vody, elektriny, tepla. Spartánske podmienky. Maroš slabol viac a viac, až jedného dňa odpadol. A diag-

nóza bola na svete. Nádor na pankrease. „Obvodná sa mi ani nedokázala pozrieť do očí, mala ho poslať vrah na CT skôr...“ V lete ho operovali, dostal chemoterapiu a nádejali sa, že bude fajn. „V septembri mu našli nádor na prostate, skončil v špitáli, operácia sa odkladala, najnovšie sa tesne po Novom roku rozhodne, ako ďalej. Pôjde na magnetickú rezonanciu a uvidíme,“ povie Lubka, ktorá v studenej chalupe dôkladne poprikrýva spiaceho Maroša, vráti sa späť k piecke a stýkrát sa pokúša rozdúchať oheň. Mokré drevo sa však stále nechytá.

Dali si žiadosť o sociálny byt. Lubka chodí a prosí o pomoc. Naposledy ju odbili na úrade vetou, ktorá zaboľela: Viete, uprednostňujeme rodiny s deťmi, dajte si muža do útulku. „Ostala som v nemom úžase. To sa akože ako dá? Len tak sa zbaviť milovaného človeka? A rodiny bez detí – my nie sme ľudia? Málokedy prepadnem bezmocnosti, ale toto ma vzalo.“

Lubka upratuje v Lige proti rakovine, tam sa môže aj osprchovať. Vypomáha si aj umývaním okien. Neskutočne si váži každé zarobené euro. Pretože vitamíny, ovocie a najmä probiotiká sú drahé a pre chorého Maroša potrebné. „Zje toho málo, bojím sa oňho, on ešte nesmie odísť, budeme bojovať, aj keď sme sa ocitli v nedôstojných podmienkach. Verím, že toto sú už posledné Vianoce v zime a v tme. Čakáme na schválenie jeho invalidného dôchodku, mne sa brigádnická zmluva budúci rok premení na riadnu a zarobím už okolo 380 eur, hádam sa nám bude ľahšie dýchať. A hádam si nasporíme aj na depozit, keď sa nájde dobrý človek, ktorý nám prenajme byt aj so psíkmi. Myslíte si, že som naivná?“

Po dvoch hodinách našej debaty Lubka radostne vykrične. Oheň sa chytil. „Nezmrzneme do rána, hurá!“

Časopis NOTA BENE poskytuje priestor OZ Medzi nami, aby pomohlo sociálne slabším rodinám a rodinám s postihnutým členom. Ide o ľudí, ktorí sa nie vlastnou vinou ocitli v ťažkej situácii. Možno sa nájde niekto, koho tento príbeh osloví. Aj váš príspevok sa použije na prenájom bytu a depozit pre statočnú Lubku s chorým Marošom.

Číslo účtu: 4 040 218 205/3100 (Primabanka). IBAN: SK85 3100 0000 0040 4021 8205, SWIFT: LUBA SKBX. Pripíšte poznámku – Ľubica

Kontakt na OZ medzi nami: 0905 910 827 alebo 0905 240 389 (medzinami@zoznam.sk).

*Uverejňované príbehy nie sú príbehmi predajcov NOTA BENE a prípadné otázky, prosím, adresujte OZ Medzi nami.*



LITERÁRIUM  
Petra Gettinga

### Ak neurobím krok vpred

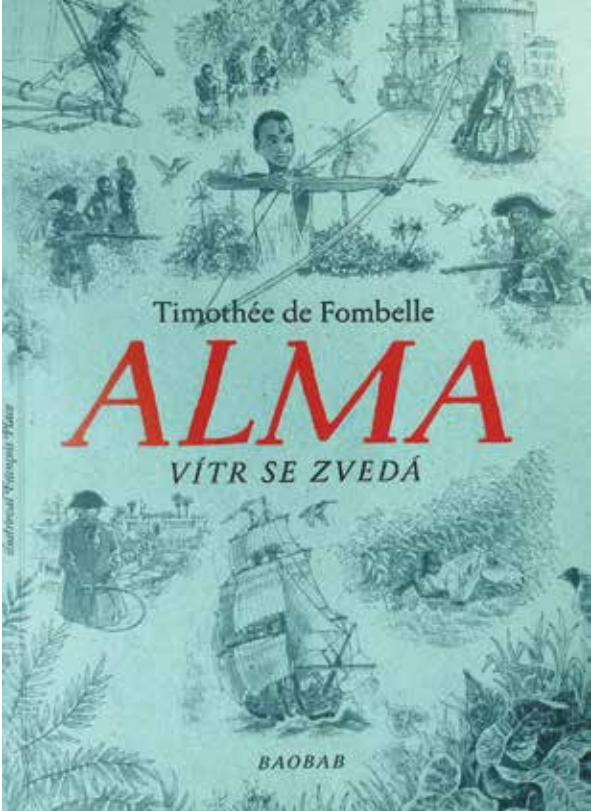
Mám pocit priam živeľnej zúrivosti, keď vidím, ako sa na niekom pácha bezprávie. Spomínam si, ako mali fašisti zábavku v podpaľovaní ľudí bez domova. Obľiali horľavinou, podpálili a ušli. Zbabelci sa totiž nikdy neodvážia na rovnocenného – a majorita miluje zatvorené viečka. Ako keď fízli mlátili Rómov v osade. Keď dievča napadnuté dvojicou grázlov obžalovali zo samonapadnutia. Keď deti na ulici utýrajú túlavého psa. Keď sa dnes bojí staručká Židovka, čo náhodou prežila holokaust.

Nebol som však pripravený na nával zúrivosti pri návšteve nemocnice. Až po chvíli človeku dôjde, načo sú tie policajné dodávky nenápadne odstavené bokom. A esbéeskári a vojaci, čo tu nie sú na parádu. Že sa nájde luza, ktorá sem obracia agresiu. Rozumiete: nie na zločincov, podvodníkov, xenofóbov, ale na zdravotníkov. Spoločnosť, ktorá toto dokáže zrodiť, je chorá v samotných základoch a treba znova a zas volať: Hanbím sa! Žalujem!


Zdravoťákom bol aj ruský spisovateľ Varlam Šalamov. V paranoidnom Rusku ho zatkli za vymyslené delikty a gulag prežil iba vďaka pár lekárom a tomu, že sa neskôr sám stal zdravotákom. Solženicyn je pri ňom len odvar: na rozdiel od neho prežil Šalamov skutočné peklo „zdochliakov“, vopred odsúdených na smrť v lágroch bez pecí. Jeho súbor drsných Kolymských poviedok patrí k tomu najkvalitnejšiemu, čo máme v literatúre. „Keď sa ma pýtajú, čo píšem, odpovedám, že nepíšem spomienky. Nepíšem dokumentárnu prózu, ale prózu vytrpenú ako dokument.“

Už na druhý deň po Transporte sadisti mlátili jedného z väzňov pred očami nastúpeného zvyšku. „Pomyslel som si, že ak teraz neurobím krok vpred, prestanem si sám seba vážiť,“ píše Šalamov. „Vykročil som: ‚Čo to robíte?‘ Prestali s bitím, veliteľ eskorty sa ku mne priblížil a dýchol na mňa alkoholovým dychom: ‚Priezvisko?‘“ V noci ho nahého nechali stáť na uralskom mraze a bitka ho stála „prvý zub“, ako neskôr nazval jednu z Kolymských poviedok.

„Môj hlavný princíp bol súlad slova a činu,“ poznamenáva Šalamov. A ja sa pýtam, kde je náš súlad?



## Z tej lode ide strach

 Zuzana Mojžišová

Timothée de Fombelle – divadelník a literát, ktorého knihy pre väčšie deti a mládež sa prekladajú do desiatok cudzích jazykov; držiteľ prestížnych literárnych ocenení vrátane Ceny Hansa Christiana Andersena. Skvelý súčasný francúzsky autor. Jeho *Tobiáš Lolness* či *Dva životy pana Perla* sú čitateľskou lahôdkou aj pre dospelých (ktorých ešte celkom neopustila hravosť).

Keď človek zhltnie aj poslednú vetu dobrej knihy, zmocní sa ho zväčša obojaký pocit. Na jednej strane ho katarzia napĺňa všeličím pozitívnym, na druhej strane riskuje sklamanie, že tajomstvá tohto príbehu sú odhalené, nepopísaná cesta naspäť nevedie, mierne to pripomína malú stratu panenstva. Už nikdy to nebude prvý raz.

Trochu iná je situácia okolo najnovšieho českého vydania Fombellovho diela (opäť ilustrovaného Fombellovi verným Francoisom Placeom, Baobab 2021, preklad Hana Zahradníčková). Román *Alma* bude totiž trilógia a zatiaľ vyšla v preklade iba jej prvá časť *Vítr se zvedá* (vo francúzštine už aj druhý diel). Takže dočítame a máme sa na čo tešiť, dovŕšenie lásky nás ešte iba čaká. Obsedantné Fombellove témy – vyhnanie z domovského územia, cesta, život v exile, sloboda – sa opakujú aj v *Alme*.

Osemdesiate roky 18. storočia. Rozprávkové údolie, dobre schované za skalami, obýva jediná rodina. Potom sa tam zjaví zvláštny kôň. Medzitým sa po mori plaví otrokárska loď. Sladká Amélia sa blíži k africkým brehom, aby začala so zberom zajatcov. Budovanie pekla ide niektorým ľuďom celkom hladko. Príslušníkov kmeňa Okoov ostáva už iba zopár. Čo bude so svetom, keď sa pominú? A čo hľadá mladý Josef Mars v kapitánovej kajute? Pirát Lukáš de Lerne, slečna Bassacová, lodný tesár či kuchár Cook... ich osudy sa navzájom prepletajú, vrážajú do seba, či chcú, či nie. Pod kožu nám zalieza krutá doba – sloboda zdá sa byť, azda iba nateraz, v absolútnom nedohľadne.

Timothée de Fombele napísal, že tento príbeh sa v ňom zrodil, keď mal iba trinásť rokov a ocitol sa v ruine pobrežnej ghanskej pevnosti Elmina, kde sa pred dvesto rokmi tiesnili milióny mužov, žien a detí zajatých vo vnútrozemí. Budúci otroci v krajinách bielych mužov. „Vždy som naisto vedel, že jedného dňa napíšem Almin príbeh...“ Našťastie dodržal slovo a my môžeme čítať. Malí aj veľkí.



Daniel Pastirčák

### Malé skutky lásky

„Čo by si chcel, aby sa v tvojom živote zmenilo?“ spýtal sa Magnus Ewarda, najstaršieho z detí, ktoré sa tlačili v malej hlinenej chýžke jednej z dedíniek v Malawi. „Chcel by som mať dostatok jedla,“ odpovedal chlapec, „a raz by som chcel mať možnosť ísť do školy.“ Tá odpoveď Magnusovi zmenila život. Magnus MacFarlin-Borow je Škót, no stretol som ho v Bratislave. Šťastná zhoda náhod nám dopriala zoznámiť sa v šatni Štúdia L+S pred natáčaním relácie Trochu inak.

Ten pokorný, veselý muž ma presvedčil, že i malé, zodpovedne premyslené činy lásky pôsobia veľké zmeny a pretvárajú náš svet k lepšiemu. Na rozdiel odo mňa Magnus nepodľahol pocitu bezmocnej letargie nad nespravodlivosťou sveta. Edwardove slová vzal vážne. Z kölne v škótskej dedinke Dalmalla organizuje charitatívne dielo Mary´s Meals. Svoju húževnatosť čerpá z dôvery v ľudskú dobrotu a viery v Božiu prozreteľnosť. Dnes vďaka malým skutkom lásky ľudí z celého sveta sýti viac než jeden a pol milióna detí. Svoje denné jedlo deti dostávajú v škole. Vďaka tomu i tie najchudobnejšie deti navštevujú školy.

Spojenie jedla a školy deťom otvára cestu z chudoby. Mnohé z nich už vyštudovali, stali sa z nich lekári či učitelia. Pápež František Magnusa povzbudil slovami: „Vpred! Vpred! Vpred! Nech Boh žehná vaše dielo.“

Náš svet je plný problémov, tak veľa by v ňom bolo treba zmeniť. Čo tu však zmôžem ja, malý človek? Zmôžeš veľa, odkazuje nám Magnus. Každý z nás môže malými činmi lásky prispieť k premene sveta.

Daniel Pastirčák



Zuzana Uličianska

### Veľká zmenáreň

Naša spoločnosť túži po zmene, odkedy si pamätám, a istotne o nej snívala aj dlho predtým. Toto slovo má prekvapujúco pozitívnu konotáciu ako niečo, za čo treba spoločne bojovať, prinajmenšom dovtedy, kým si ho nespojíme s ničím konkrétnym. Keď študenti žurnalistiky dostali za úlohu založiť si fiktívnu stranu, dali je názov Mladí za zmenu. Ideálne. Kto by nepodporoval mladých a kto by si trúfol byť proti zmene? Populisti sveta, spojme sa!

Rozmýšľam, či naša viera v toto slovo nie je podvedomým dôvodom, prečo klimatickú zmenu – aj napriek jej silnej medializácii – v podstate ignorujeme. Čo ak sa na nový facelift sveta vlastne tešíme? Kto nemá už dosť toho všetkého, čo pozná? Nechcete, aby vám na zhrade rástli figy?

Pritom by možno stačilo pomenovať natvrdo to, čo nás podľa všetkého čaká, hovoriť jednoducho a priamo o pohrome, katastrofe, kalamite, kataklizme, dopustení, pliage či o apokalypse... Možno by sme aspoň na chvíľu zdvihli hlavu od smartfónov.

Takto sa bez veľkého záujmu len dívame na akúsi nevydarenú televíznú šou. V priamom prenose sa jedna bežná Zem, taká nenápadná, že ju už ani nevnímame, postupne mení v rukách politických imidžistov. Toto trochu podstrihneme, toto zvýrazníme, tuto niečo postaviíme, toto vyklúčujeme...

Lenže premena sveta, od ktorej z vlastnej hlúposti a lenivosti očakávame akoby aj vnútorný prerod každého z nás, sa môže veľmi ľahko zvrtnúť. Nedávno ma jemne vydesil titulok rozhovoru so známou historičkou: „Stále presne nevieme, ako vznikla prvá svetová vojna.“ Myslím, že tiež chceli nejakú zmenu.



Dorota Nvotová

### Deal

Keby klimatická kríza nebola krízou, mohla by som dnešný text na tému zmena písať o nej. Ale vzhľadom k do očí bijúcej urgencii krízy sa to nedá. Nejde o žiadnu zmenu, ide predsa do finále. Preto obrátim svoj zrak dovnútra, do seba, a idem spoznávať zmeny tam. Ku koncu a začiatkom roka predsa rozmýšľa nad takými vecami hádam každý.

Dátum 21. 11. musí mať nejaký veľký astrologický význam v mojom malom osobnom vesmíre, keďže sa vtedy narodil nielen môj syn, ale symbolicky aj ja. Zas to bolo natesno. Zubatá stála vedľa, a aj keď mi na karbid kvapkala rosa z jej kosy, necítila som strach ani paniku. Len som pokorne prosila Boha o život kvôli môjmu synovi. Kvôli mojim nepálskym deťom, kvôli hudbe, kvôli mojej krajine, planéte, humanizmu, ktorý nesiem na pleciach a bol mi daný na rozdávanie. Ponúkla som svoje cigarety, prirýchly spôsob života a zbrklosť. Zdá sa že máme deal. Boh svoju časť dodržal, som tu a je rad na mne.

Najľahšie sú asi tie cigarety. Sú jasne definovateľné. Stačí si nezapáliť. Horšie je to s pomalosťou, ale pracuje sa na tom. Je to asi najväčšia zmena, akú si pamätám. Tvrdia, že pre ženu je tou najväčšou zmenou materstvo, ale mne sa to tak neprihodilo. Žila som ďalej takmer rovnako, akurát s dieťaťom. Na plný plyn. Čas, ktorý som venovala dieťaťu, som kompenzovala nočným bdením. Zvykla som si na štyri hodiny spánku, aby ani syn, ani práca, ani hudba, ani charita a aktivizmus neutrpeli. Necítila som stres. Vôbec žiadny. Cítila som len radosť, ako sa mi všetko darí. Ako môžem rozdávať radosť ďalej. Bola som bezodná.

A zrazu bum. Teraz musím ísť na pol plynu. Telo dalo stopku a ja nemám to svedomie zavraždiť svojím tempom matku svojho syna. Nechcem ani myslieť na to, čo by som mala vyškrtnúť. Nedokážem vo svojom zozname aktivít prioritizovať. Začnem teda tým, že niečo pridám. Pridám pokoj. Vyčlením si čas, kedy skúsim robiť nič. To ostatné snád zapadne okolo toho. Keď som si chvíľu myslela, že možno zomriem, napadlo mi, či som náhodou nebola trochu zbytočná. Či som urobila pre svet, ľudí, prírodu, krajinu a planétu dosť. Vnútorný hlas mi napovedal, že zbytočná som síce nebola, ale mala by som robiť viac. Nie kvantitatívne, ale do hĺbky. Že moja cesta je pomáhať ostatným, čo sú tiež na nej, a zároveň opravať výmole. V prvom rade pomôcť svojmu synovi stať sa dobrým človekom, v druhom odpratávať tehly, ktoré tí bez súcitu hádžu pod nohy všetkým na ceste. Z tých tehál postaviť dom pre biednych. Ješť s nimi almužnu.

Je to strašne dobrý pocit, že vlastne nič iné v živote nemusím dokázať. Všetko, čo som kedy chcela, som už dosiahla, niet cieľa, po ktorom by som sa načahovala. Možno je to tým, že nechcem veľa, možno tým, že skutočne podstatných vecí veľa ani nie je. Môcť si odtrhnúť od huby a ponúknuť aj nepriateľovi je výzva, s ktorou ma baví žiť ďalej. Možno je to navonok príliš nepatrná zmena. Možno nie je hodná tohto priestoru. Kto ju však na sebe pocítil, má pocit, že si o nej šepkajú aj steblá trávy.

NOTA BENE
1 2022
Čítanie

## 40

NOTA BENE
1 2022
Stĺpčeky

## 41



autor: Pavol Surovec	prezývka Eisenhowera	roh	sólovo (hud.)	prieľadná hmota	osobné zámeno	Pomôcky: IKAST	prebral sa k žvotu	strýko (nem.)	nadišli	a dato (skr.)		rapina (zried.)	žreť na voze	usadenina
mesto v Dánsku						Chaplinova manželka					365 dni			
						podmienková spojka								
1. časť tajnícky											manželka Šamašova			
											kridlo (odb.)			
letecké palivo					chyba, omyl (expr.)					výzva (kniž.)				
					finančný dar					časť pretekov				
	automobil	glg, hlt (expr.)				vznášala sa vo vzduchu						zeleninové jedlo	ostrý prizvuk	
		kryť (čes.)				eskimácke sane								
akým spôsobom				chem. zn. rádia			úzka doska					popevok		
				zn. pascalu			ukazovacie zámeno					taška (angl.)		
mesto v Mezopotámii			zmluva, dohoda					chem. zn. lantánu			obranca (slang.)			
			chem. zn. molybdénu					kód Sri Lanka			chem. zn. lawrencia			
2. časť tajnícky														
mužské meno				obrnené vozidlo				slang, žargon						

NOTA BENE

1 2022

Nástenka

42

**Pyšný je človek zahalený do handričky dôležitosti, ukazuje pred vznešenosťou nebies také [...].**  
**Wiliam Shakespeare (anglický básnik a dramatik, 1564 – 1616)**

*Vylúštenie z minulého čísla: Proste a dostanete! Hľadajte a nájdete! Klopte a otvoria vám! Lebo každý, kto prosí, dostane, a kto hľadá [nájde, a kto klope, tomu otvoria]. Ježiš Kristus (Evanielium podľa Lukáša)*

SUDOKU

GRIDDLERS.NET

8	7	3		6			4	
				3		8	5	2
2		5		8			3	
	9		3		6			8
6	5	2				7		3
			7	2	9			4
5	2	9				4		
			5		2	9	7	6
7		1	8		4			

	1		8					
			7		5	3		
	4				9	2		
			9		1		4	
4								2
5				3		6		
8	9							
		7			4		1	
		4	3	6				

### Kódex predajcu

1. Predajca nosí preukaz so svojim registračným číslom a fotografiou pri predaji na viditeľnom mieste.
2. Predajca predáva časopisy označené číslom zhodným s registračným číslom uvedeným na preukaze.
3. Predajca predáva časopisy na určenom predajnom mieste uvedenom na jeho preukaze.
4. Predajca predáva časopisy za oficiálnu cenu uvedenú na titulnej strane časopisu.
5. Predajca predáva časopisy spôsobom, ktorý neobťažuje okoloidúcich (je triezvy, čistý, upravený, slušný).
6. Predajca sa zdržuje na predajnom mieste bez detí do 16 rokov.
7. Predajca aktívne pracuje na zlepšení svojej sociálnej situácie a riadi sa pokynmi sociálneho pracovníka.
8. Predajca v Bratislave je povinný nosiť aj oficiálnu vestu s logom NOTA BENE. Začiatočník vestu nemá, iba špeciálny preukaz platný v daný mesiac.

### Kódex kupujúceho

zostavil predajca NOTA BENE Peter Patrónsky

1. Preverte si preukaz predajcu, na ktorom je uvedené registračné číslo, fotka.
2. Kupte časopisy označené číslom zhodným s registračným číslom uvedenom na preukaze predajcu.
3. Predajcu si starostlivo vyberte.
4. Neplaťte viac, ako je uvedené na časopise, pokiaľ sa tak sami nerozhodnete.
5. Zoberte si svoj zaplatený časopis.
6. Časopis po prečítaní darujte alebo znehodnoťte tak, aby sa nedal znova prediť.

ilustrácie: Sasha Chagina

www.notabene.sk

KÚPTE SI  
KALENDÁR  
2022

Zo života predajcov  
NOTA BENE  
a ich domácich  
miláčikov



- Pouličný časopis NOTA BENE začal vychádzať v septembri 2001. Vydáva ho občianske združenie Proti prúdu ako svoj hlavný projekt na pomoc ľuďom, ktorí sa ocitli bez domova alebo im hrozí strata ubytovania z finančných dôvodov. Cieľom je aktivizovať ľudí bez domova, pomôcť im získať sebaúctu, dôstojný príjem, pracovné návyky a sociálne kontakty. Úlohou NOTA BENE je tiež kampaň na pomoc ľuďom bez domova.
- Predajca časopisu musí byť registrovaný v OZ Proti prúdu alebo partnerskej organizácii mimo Bratislavu. Pri registrácii dostane 3 kusy časopisov zdarma, všetky ostatné si kupuje za 1,20 € a predáva za plnú

sumu 2,40 €. Je povinný nosiť preukaz, v Bratislave aj oficiálnu vestu a dodržiavať kódex predajcu (pozri str. 42). Ak zistíte, že niekto predajca porušuje pravidlá, prosím informujte nás alebo partnerskú organizáciu.

- OZ Proti prúdu v rámci integračného projektu NOTA BENE poskytuje predajcom ďalšie služby: základné a špecializované sociálne poradenstvo, pomoc pri uplatňovaní práv a právom chránených záujmov, podporu streetworkera na predajnom mieste, právne poradenstvo partnerskej advokátskej kancelárie, tréningy, skupinové stretnutia a workshopy, prístup do kupónového motivačného sociálneho obchodu, príspevky na

lieky, internet, PC a telefón zadarmo pre vybavovanie práce, bývania a úradných záležitostí, úschovu peňazí a úradných listín a možnosť využívať korešpondenčnú adresu o. z. na zasielanie osobnej pošty.

- OZ Proti prúdu od roku 2001 realizuje pilotné projekty v oblasti riešenia bezdomovectva, iniciuje systematické a legislatívne zmeny na národnej úrovni, vydáva knihy z pera ľudí bez domova, organizuje odborné konferencie a vydáva odborné publikácie. Je členom siete pouličných časopisov INSP, organizácie FEANTSA a Slovenskej siete proti chudobe. Viac na [www.notabene.sk](http://www.notabene.sk).

**PROTI PRÚDU:** Štatutárne zástupkyne: riaditeľka Zuzana Pohánková 0917275812 a šéfredaktorka Sandra Pazman Tordová 0905143651. PR/fundraising: Tomáš Dobrovič 0915779746. Personalistika: Hana Hochel 0905440764. **Program NOTA BENE:** Terénny tím podpory predajcov: koordinátor Peter Kadlečík 0907733388, Peter Kováč 0908229830, Róbert Olejár 0917526158, Zuzana Butkovská 0905952471. Sociálni pracovníci: koordinátorka Belinda Fulierová 0911654411, Erik Kapsdorfer 0905440946, Lucia Frimmelová 0905440878, Zuzana Olišinová 0915985640. **Program BÝVANIE:** koordinátor Ivan Lorenc 0908 062 194, Barbora Žiaranová 0905595520, Rebeka Káploczká 0908268034, Mária Teleky 0905440887, Hana Hochel 0905440764. Sociálna nájomná agentúra: Petra Groschová 0905812175. **Program ADVOKÁCIA:** Nina Beňová 0908434826. Emaily: [meno.prievadzkovatel@notabene.sk](mailto:meno.prievadzkovatel@notabene.sk). **Redakcia:** Zástupkyňa šéfredaktorky, editorka: Jana Čavojská, Redaktorka: Dagmar Gurová 0917337235, Grafický dizajn: Pavol Čejka, Jazyková korektúra: Miroslava K. Valová.

**Mesačník NOTA BENE**, 21. ročník, 1/2022. **Vydavateľ:** OZ Proti prúdu, Karpatská 10, 811 01 Bratislava, 02/5262 5962, [www.notabene.sk](http://www.notabene.sk). **IČO:** 360 68 781, IČ DPH: SK2021585731, **číslo účtu:** 266 34 750 14/ 1100 Tatrabanka, **IBAN:** SK 21 1100 0000 0026 6347 5014, **BIC (SWIFT):** TATRSKBX. **Registrácia** na MV SR dňa 20. 3. 2001, číslo spisu: VVS/1-900/90-17945, na MK SR pod číslom EV 3665/09 ISS N 1335-9169.

**Organizácie zabezpečujúce realizáciu integračného projektu NOTA BENE na Slovensku:** **BRATISLAVA** (od roku 2001): O. z. Proti prúdu, vydavateľ NOTA BENE, Karpatská 10, 811 01 Bratislava, 02/5262 5962, [poradcovia@notabene.sk](mailto:poradcovia@notabene.sk), [www.notabene.sk](http://www.notabene.sk), **BANSKÁ BYSTRICA** (2003): Sociálno-charitatívne centrum Ivana Šedibu, prevádzkovateľ: Územný spolok SČK, Pod Urpínom 6, 974 01 Banská Bystrica, Kleniarová Hana, 0907 403 123, [socialne.redcross@gmail.com](mailto:socialne.redcross@gmail.com), **BARDEJOV** (2017): Centrum sociálnych služieb, Toplianska 9A, 085 01 Bardejov, Mgr. Martin Jutka, 0901 713 903, [jutka.martin@gmail.com](mailto:jutka.martin@gmail.com) **ČADCA** (2006): Dom charity sv. Gianny, prevádzkovateľ: DCH Žilina, Kukučínová 4, 022 01 Čadca, Katarína Melicháčová, 0918 874 839, 041/432 40 88, [dchgianna.ca@gmail.com](mailto:dchgianna.ca@gmail.com), **HLOHOVEC** (2009): O. z. Pokoj a dobro, Pribinova 51, 900 28 Hlohovec, Viera Vávrová [viera.vavrova@dzu.sk](mailto:viera.vavrova@dzu.sk), 033/742 3821, **HOLIČ** (2009): Azylový dom Emmauzy, J. Čabellku 3, 908 51 Holíč, Hana Šafránková, 034 668 3110, [emmauzy.holic@gmail.com](mailto:emmauzy.holic@gmail.com), **KOŠICE** (2003): Charitný dom sv. Alžbety, prevádzkovateľ: ADCH Košice, Bosáková ul. Košice, PhDr. Rastislav Jedinák Email: [rastislav.jedinak@charita-ke.sk](mailto:rastislav.jedinak@charita-ke.sk) Mobil: +421 910 842 182, **LEVICE** (2005): O. z. Miesto v dome, Kpt. Nálepku 125, 934 01 Levice, Mgr. Ľubica Prištiaková, 036/622 15 86, [mvd@miestovdome.sk](mailto:mvd@miestovdome.sk), **LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ** (2010): Mestský úrad Liptovský Mikuláš, Štúrova 1989/41, 031 42 Liptovský Mikuláš, Mgr. Veronika Bániková, 044 556 5324, [veronika.banikova@mikulas.sk](mailto:veronika.banikova@mikulas.sk), **MALACKY** (2006): Azylové centrum Betánia, prevádzkovateľ: N. o. Krížovatky, Ľudovíta Fullu 16, 901 01 Malacky, Viera Hujíková, 034 772 2457, [centrumbetania@gmail.com](mailto:centrumbetania@gmail.com), [www.krizovatky.eu](http://www.krizovatky.eu), **NITRA** (2003): Dom charity sv. Rafaela, prevádzkovateľ: DCH Nitra, Štúrova 57, 949 01 Nitra, Andrea Rončková, 0907 451 771, 037 652 30 28, [rafael.charita@gmail.com](mailto:rafael.charita@gmail.com), [www.charitanitra.sk](http://www.charitanitra.sk), **PIEŠŤANY** (2005): ZSS Domum, Bodona 55, 921 01 Piešťany, Eva Papšová, 0915 400 577, 033/ 772 7687, [domum@piestany.sk](mailto:domum@piestany.sk), **POPRAD** (2005): ZSS pre občanov bez prístrešia, Levočská 4051/55, 058 01 Poprad, Erika Mižigárová, 0910 890 254, 052/772 4209, [erika.mizigarova@msupoprad.sk](mailto:erika.mizigarova@msupoprad.sk), **PREŠOV** (2017): Komunitné centrum Rómsky inštitút, n.o., K Satrej Tehelni 5/A, 080 01 Prešov, Mgr. Peter Németh, 0905 740 096, [komunitneri@gmail.com](mailto:komunitneri@gmail.com), **SVIDNÍK** (2016): Spoločnosť priateľov detí, mládeže a rodín Svidník, Dlhá 505/9, 089 01 Svidník, Mgr. Marek Fek, 0917 673 107, 0907 405 632, [fekmarek@azet.sk](mailto:fekmarek@azet.sk), **TRENCÍN** (2016): ISKRA Trenčín, Dolný Šianec 1, 911 01 Trenčín, Pavol Juríček, 0948 343 163, [pavol.juricek123@gmail.com](mailto:pavol.juricek123@gmail.com) **TRNAVA** (2006): ADCH Trnava, Hlavná 43, 917 01 Trnava, Patrik Bellay, 0940 401 716, [patrik.bellay@charitatt.sk](mailto:patrik.bellay@charitatt.sk), **VRANOV NAD TOPLŔOU** (2009): Charitný dom pre mládež, prevádzkovateľ ADCH Košice, Lúčna 812, 093 01 Vranov nad Topľou, 0903 982 906, 057/443 1578, [chd.vranov@charita-ke.sk](mailto:chd.vranov@charita-ke.sk), **ŽILINA** (2003): Dom charity sv. Vincenta, Bratislavská 423/27, 010 01 Žilina, Mgr. Gabriela Hulíaková, 0918 314 197, 041/724 4795, [dchvincent.za@gmail.com](mailto:dchvincent.za@gmail.com)



Nová kniha **NOTA BENE** od Zuzany Csontosovej prináša fantastický príbeh o úteku z ľadového kráľovstva samoty na pleciah láskavého medveďa. Príbeh o priateľstve medzi Lindou a Tomášom – chlapcom s Aspergerovým syndrómom – hovorí aj o tom, že nikto nechce byť sám.

Kúpite len  
od predajcov  
**NOTA BENE.**



**DARČEK, KTORÝ POTEŠÍ DVAKRÁT!**