

Vianoce. Vtedy sú čistota a poriadok dôležitou súčasťou sviatkov u mnohých gazdiniiek. Nedávno som počula, že predsa Ježiško sa narodil v chlieve. Tak sa vykašlime na vianočné upratovanie, aby sa u nás cítil ako doma. Tento rok si z toho beriem príklad!

Dystrofička

Miliónová DystroLotéria pre našich členov

K vyžrebovaným číslam v Ozvene č. 3/2018 sa prihlásila Gitka Granecová s členským číslom 50. Blahoželáme! Nové vyžrebované čísla pre DystroLotériu sú: **59, 268, 314, 463, 1091, 1153**
Pravidlá súťaže: Každý člen OMD v SR má členský preukaz a každý členský preukaz má pridelené číslo. A práve z nich vždy žrebujeme päť výherných čísiel. Len tomu, kto sa nám prihlási, pošleme s nasledujúcou Ozvenou žreby v hodnote 3 €. Zotretím zaslaných žrebov môžete vyhrať svoj vytúžený milión! Ak nemôžete nájsť svoj členský preukaz a nie ste si istý svojím číslom, informujte sa v centrále OMD v SR.

ŠPECIÁLNA PRÍLOHA O CESTOVANÍ: Letom svetom

*Vianoce – najlepšie čas snívať
o letnej dovolenke*

Aby človek mohol dostatočne oceniť a spoznať svet, mal by najprv poznať svoju vlastnú krajinu. Preto začíname reportážami z domova, z nášho nádhernou prírodou obdareného Slovenska.

Ďalej vás pozveme do Maďarska, Chorvátska, Talianska, Španielska aj Andorry. Všetko z pohľadu turistu na vozíku.

Krásy slovenských Tatier zažijete aj na elektrickom vozíku

Príroda a človek bez seba jednoducho nemôžu existovať. Je to proste tak. Asi aj preto chodíme na prechádzky do lesa a vyhľadávame možnosti, ako sa kochať nevyčerpatelnými krásami prírody. Ja som tiež veľký fanúšik turistiky. Namiesto nôh však používam kolieska môjho 130 kilového elektrického vozíka. Práve z tohto dôvodu si vyberáme tie destinácie, ktoré spĺňajú aspoň dva hlavné atribúty. Bezbariérové ubytovanie, ktoré je zväčša drahšie, iná možnosť však pre nás neexistuje. Druhým atribútom je možnosť a prístupnosť aspoň dvoch, troch päťhodinových výletov v okolí ubytovania. Auto totiž nemáme, a preto tam, kde nás asistent so svojim autom vysadí, tam nás o tri – štyri dni aj nájde.

Na tieto zväčša predĺžené víkendy chodievam so svojou partnerkou, ktorá je zároveň aj manažérom všetkých výletov a trás. Vie sa dokonale orientovať v mapách a tiež hľadať ubytovania tam, kde to potrebujeme. Ideálne obdobie na takéto výlety je apríl až september, pretože mimo tohto obdobia sa zvyšuje počet vrstiev oblečenia.

Tu je pár našich bezbariérových tipov na výlet s elektrickým vozíkom:

1. Jánska dolina, Liptovský Ján (Nízke Tatry)



- Do Kôprovej a Tichej doliny je vstup zahataný závorou. Oslovili sme správcu Štátnych lesov TANAP – Podbanské, Mariána Juríka, ktorý zabezpečil provizórne obchádzky popri závorách. (Autor: Z domáceho archívu)



- Aj na pohľad nezdolateľné majestátné hory skrývajú v útrobách bezbariérové cestičky. (Autor: Stanislav Minárik)

Ubytovanie je úplne bezbariérové v hoteli Alexandra. Na svoje si prídu hlavne vyznávači smrekov a čistučkého vzduchu. Dve túry po novovyasfaltovaných lesných cestách tu určite zvládnete.

2. Podbanské, hotel Permon alebo Pieris (Vysoké Tatry)

Uvedené hotely sú veľmi drahé, ale iná možnosť neexistuje, ak chcete absolvovať výlet cez Kôprovú a Tichú dolinu. Obe vás celkom vsadia do lona Tatier. V oboch prípadoch vedú asfaltové cestičky popri potoku priamo pod Kriváňom. Vstup do každej doliny je žiaľ skomplikovaný závorou, ktorá keď je zavretá, máte smolu, alebo, ako my, prosíme okoloidúcich. Viac vám pomôžu turisti, ako medvede, pretože tie sa k vám kvôli svojej plachosti nepriblížia. Mimochodom, hneď po návrate na rodnú bratislavskú hrud' sme závery riešili so správcom Štátne lesy TANAP – Podbanské, Mariánom Juríkom. Bol veľmi ústretový a vytvoril provizórne obchádzky pri závorách. Aj preto odporúčame zistiť si pred výletmi kontakt na človeka, ktorý má danú oblasť na starosti.

3. Štrbské Pleso, hotel Trigán (Vysoké Tatry)

Táto oblasť prináša veľké možnosti prechádzok či už priamo v samotnej obci, alebo v okolí plesa. Jeden deň môžete venovať výletu na Popradské pleso, opäť po asfaltke cez les, čo je tam aj späť cca 5 hodín. Síce sa chvíľu prechádzate cez les poznačený kalamitou alebo lykožrútom, záver už patrí „plavbe cez smrekové more“ s krásnymi výhľadmi na tatranské štíty. Druhý deň sa môžete vybrať električkou do Tatranskej Lomnice a odtiaľ dvojhodinovou túrou na Hrebienok.

4. Roháčce, hotel Osobitá (Západné Tatry)

Tu sú dva nádherné výlety, prvý pozdĺž horského potoka cez Látanú dolinu a druhý popod Roháčce cez Roháčsku dolinu. Väčšinou v závere týchto dolín môžete ísť až na doraz vašej batérie, pretože cesta naspäť už ide z mierneho kopca.

JOZEF BLAŽEK

Cestovanie bezbariérovým nočným vlakom? Aj to sa dá!

Veľmi rada cestujem a spoznávam nové a zaujímavé miesta. Aj to bol dôvod, prečo som sa rozhodla s kamarátkou využiť možnosť cestovania nočným vlakom v bezbariérovom lôžkovom vozni. Mali sme naplánovanú cestu z Bratislavy do Košíc, a to bola výborná príležitosť ako otestovať bezbariérový vozeň.

Bolo to pre mňa nové a spočiatku som netušila, ako si mám všetko vybaviť. Začala som teda tým, že som vytočila známe číslo Železničnej spoločnosti Slovensko 18 188 a pýtala som sa.

Bolo to v podstate jednoduché. Milá pani si zapísala všetky dôležité informácie vrátane tej najdôležitejšej a teda, že cestujem s mechanickým vozíkom a želám si lôžkový vozeň. O dva dni mi telefonovala späť s tým, že všetko je pripravené.



• Bezbariérové kupé je dostatočne priestrané aj pre cestujúcich na vozíku. (Autor: Z domáceho archívu)

V deň odchodu sme prišli na hlavnú stanicu. Všetko fungovalo pomerne bez stresov, dokonca aj plošina bežala na jednotku s hviezdíčkou. Hurá! Bezbariérový vozeň už na nás čaká v plnej svojej kráse. Vo vozni sa nachádzala poschodová posteľ, na ktorej bola položená zabalená plachta a obliečka na deku. Prichystaný bol pre nás aj pitný režim v podobe minerálky.

Bezbariérová toaleta bola tiež plne funkčná a dostatočne priestranná na mechanický, či elektrický vozík.

Po kontrole lístkov sme sa v kupé zamkli a uložili sa do „pojazdných“ postelí. Cesta bola fajn, okrem tvrdej postele a natriasania počas celej noci sme to zvládli. Nie je nad ten pocit, keď sa môže človek trochu vystrieť a pospať si, aj keď je vo vlaku.

Pár minút pred príchodom do Košíc nás milý pán sprievodca zobudil a poprial nám dobré ráno. V Košiciach bol výstup prostredníctvom plošiny tiež v poriadku, čiže sme všetko zvládli bez stresov a v pohode.

Naše rozhodnutie cestovať bezbariérovým nočným lôžkovým kupé hodnotím preto ako dobré rozhodnutie. Určite sa nebojte a vyskúšajte to aj vy!

LUCIA MRKVICOVÁ

Balatonfüred - bezbariérový oddych na Balatone

V lete som uvažovala kam na dovolenku. Napadlo mi, prečo nenavštíviť Balaton, najväčšie jazero v strednej Európe, takzvané maďarské more. Okolo jazera sa však nachádza množstvo zaujímavých

miest, preto nebolo jednoduché vybrať si jedno konkrétne. S kamarátkou Paulou sme sa nakoniec rozhodli pre mesto Balatonfüred. Cesta netrvala dlho. Za dve a pol hodiny sme boli v cieľi. Ubytovali sme sa len päť minút chôdze od promenády Tagore, kde dodnes zasadilo strom mnoho významných osobností nielen z Maďarska, ale tiež zo sveta.

Počasia nám od začiatku prialo. Každý deň sme sa preto mohli opalovať na plážovom kúpalisku Esterházy strand. Kúpalisko bolo prispôsobené aj pre ľudí na vozíku, nechýbala ani veľká bezbariérová toaleta. Nebol problém okúpať sa tiež priamo v jazere, ja som však zostala v bezpečí na pevnine, na slniečku, kvôli studenej vode.

Pozdĺž promenády sa nachádza množstvo rôznych reštaurácií, kde sa dalo skutočne chutne najesť. Ako prvé sme ochutnali hortobábsyke palacinky, ktoré sú jednou z maďarských špecialít. Veľmi nám chutilo maďarské cappuccino, ktoré sa k palacinkám výborne hodí. Okrem skvelého jedla, sme okúsili aj tradičné vínka počas Festivalu vín.

Počas predĺženého víkendu sme stihli navštíviť malebné mestečko Tihany, ktoré sa nachádza na polostrove jazera Balaton a je preslávené pestovaním levandule. Do najväčšieho mesta Balatonu, do Šiófoku, sme sa dostali kompou. Tu sme sa prešli po nádhernej promenáde Petőfi, videli sme množstvo barov, diskoték, reštaurácií. Práve to je miesto, kde nočný život pulzuje, ľudia si užívajú, na rozdiel od mestečka Balatonfüred, kde si chodia ľudia skôr oddýchnuť.

V každom prípade Balatonfüred odporúčam z hľadiska bezbariérovosti. Všade



• Ahoj Maďarsko! (Autor: Z domáceho archívu)



• Prechádzky po promenáde, opalovanie aj kúpanie sa v najväčšom jazere v strednej Európe. To všetko a ešte oveľa viac vám dovolenka pri Balatone ponúka. (Autor: Z domáceho archívu)

• Stihli sme navštíviť mestečko Tihany, ktoré je preslávené pestovaním levandule. (Autor: Z domáceho archívu)

je čisto, ľudia sú milí a dohovoria sa aj v slovenčine.

Balaton je krásne jazero, necestujete ďaleko, určite sa oplatí vycestovať, a to nielen na predĺžený víkend. Je skvelé, že za tak úžasným oddychom netreba ísť vôbec ďaleko. Stačí pár kilometrov a krajina papriky a termálnych kúpeľov vás privíta s otvorenou náručou.

Ja sa určite opäť vrátim. Rada by som totiž navštívila ďalšie mestá v okolí tohto obrovského a krásneho jazera.

HENRIETA HORVÁTHOVÁ



Predĺžené prázdniny v chorvátskom Zatone

Milujem leto. Prázdniny, oddych, pozitívne naladení ľudia a tá energia, s ktorou sa každé ráno zobúdzam vďaka slniečku aj napriek tomu, že som extrémny spachtoš, to je pre mňa jednoducho ideálna kombinácia. A ak k tomu celému pridáme ešte trošičku slanej vody v podobe mora, tak potom je všetko, ako má byť.

Tento rok sa zdalo, že k moru nevycestujeme. Akosi nám to nevychádzalo časovo, ani finančne. Nedalo mi to. Mali sme pracovne aj súkromne náročnejšie obdobie a potrebovala som si oddýchnuť hlavne psychicky. A to dokážem len ďaleko od všetkých povinností. Hľadala som preto na internete ponuky vhodné aj pre nás, ľudí na vozíku. Predstavte si, známe porekadlo „kto hľadá, nájde“, platilo aj v tomto prípade. S pomocou špecializovanej cestovnej kancelárie Oreado som našla bezbariérový apartmán v mojom milovanom Chorvátsku. Leto sme už mali natrieskané aktivitami, rozhodli sme sa preto vycestovať v septembri. Vďaka mimosezónnemu termínu to bolo naozaj lacné a ja som mala veľkú radosť, že si predĺžime prázdniny. V čase, keď už decká začali chodiť do školy a dospeláci opäť do práce, sme sa my ešte len balili na dovolenku.

Naložení po strop auta sme sa, na štýl Miazgovcov, vydali na cesty za našim cieľom, ktorým bolo chorvátske mestečko Zaton, vzdialené len pár kilometrov od známej dovolenkovej destinácie Zadar. Stredná Dalmácia a mesiac september boli zárukou výborného počasia. Cez deň



• V našej milaj asistenčno - kamarátskej zostave sme až dvakrát navštívili Zadar. (Autor: Pavol Kulkovský)

teplučko na kúpanie a v noci príjemne chladno.

V Zatone sme ešte nikdy predtým neboli, a preto sme boli plní očakávania. Bude kúpeľňa bezbariérová? Osprchujem sa a dostanem sa bez problémov na wc? Okúpem sa v mori? Až potom to ostatné – západ slnka, šum mora, atrakcie... Ved to poznáte. Samozrejme, že všetko sme riešili vopred, kontaktovali sme kamarátov, ktorí už v tomto bezbariérovom apartmáne dovolenku absolvovali, každý má ale iné obmedzenia a bezbariérovosť vníma svojimi očami. Museli sme sa preto presvedčiť sami.

Úžasnou správou bol fakt, že aj pán domáci, prenajímateľ apartmánu Miran, sa pohybuje na elektrickom vozíku. Aj napriek tomu by som však bezbariérovosti domčeka vedela čo to vytknúť. Kúpeľňa bola ozaj malinká. Najväčší problém bol, že na wc sme sa síce dostali, potom sme už ale nevedeli za sebou zatvoriť dvere. Všetci obyvatelia domčeka chciac-nechtiac presne vedeli kedy, ako a čo...



• Apartmán mal svoje bezbariérové muchy. Aj napriek tomu sme si dovolenku užili. (Autor: Pavol Kulkovský)



• K apartmánu prislúchala aj obrovská záhrada, kde figy do úst padali rovno zo stromu a za hroznom stačilo natiahnuť ruku. (Autor: Pavol Kulkovský)

Osprchovať sme sa mohli vo vani, ale pod umývadlom bol veľmi sofistikovane ukrytý odtok, preto bolo možné sprchovať sa aj na stoličke priamo na podlahe. Kuchynka aj obývačka boli pekné, priestranné a spálne len tak-tak, ale akurát. Všetko sme zvládli s pomocou našich šikovných „asistentov-kamarátov“. Na bezbariérovosť mám samozrejme vyššie požiadavky, vzhľadom k cene som však bola ochotná z nich upustiť. Na prvotný možno nie úplne stopercentný dojem sme zabudli v momente, keď sme sa zoznámili s domácimi. Miran s manželkou Vesnou boli naozaj pohostinní a veľmi milí. Čokoľvek a kedykoľvek sme potrebovali, s ničím nebol problém. Hlavne nie s rakijou, ktorej mali plné zásoby a vždy sa ochotne podelili. A nielen to! Na terase pestovali domáce hrozno a figy, tých sme tiež mohli požiť do sýtosti.

V ich spoločnosti sme trávili v podstate každý deň. Okrem toho sme samozrejme stihli vyvaľovanie sa na pláži, prechádzky, obhliadky okolia, fotenie západov slnka, aj výlet do Zadaru. Veľmi sme chceli absolvovať plavbu výletnou loďou, s našimi električkami to však bolo nemožné. V mori sa okúpala len Jimmy a ostatní, ja som sa zahrala na povestnú pobrežnú hliadku. Bolo to celkom autentické, chýbalo mi už len sexi telíčko do plaviek a silikóny Pamelu Anderson. Spoza knihy som občas nakukla, či sú všetci živí, či sa nikto netopí, v plytkej vode zatonskej zátoky to však myslím nehrozilo. Pláž bola od apartmánu vzdialenejšia, prístup do vody nič moc a bezbariérové wc na pláži síce bolo, ale predstavte si, so schodíkom. Mechanický

vozík zvládne, pre elektrický vozík opäť nezdolatelná prekážka.

Napriek tomu sme si to užili. Stihli sme všetkého tak akurát. Oddýchli sme si, vyspali sme sa, navarili sme si, kedy sme chceli a čo sme chceli alebo aj nič. Ochutnali sme miestne špeciality a spoznali sme úžasných milých ľudí. Mimo sezóny už na plážach veľa turistov nebolo a so skromnosťou môžem povedať, že práve my sme sa stali miestnou atrakciou.

Do Bratislavy sme sa z horúceho nádherného Chorvátska vrátili v tom najchladnejšom septembrovom týždni. To krásne bronzové opálenie sme museli ukryť pod mikiny a bundy, ale o zážitkoch sme rozprávali a rozprávali. Zaton nám chýba ešte aj dnes, ale my vieme, že sa opäť vrátíme.

NATÁLIA TURČINOVÁ

Miláno, Andorra, Barcelona – po stopách histórie

Volám sa Tomáš Vranovský, mám 20 rokov a Duchennovu svalovú dystrofiu. Chcel by som sa s vami podeliť o svoje zážitky z letnej dovolenky, ktorú som absolvoval s rodičmi a mojimi dvomi súrodencami. Zároveň by som vám rád sprostredkoval svoje skúsenosti s bezbariérovosťou na miestach, ktoré sme počas našej dvojtýždňovej dovolenky navštívili.

Cestovali sme autom, aby sme mohli všetko zblížiť vrátane mechanického vozíka. Po rovine ešte dokážem prejsť nejakú vzdialenosť, ale na prehladku väčšieho mesta mi vozík veľmi pomáha.

Našu dovolenku sme začali cestou z Bratislavy do Milána, kde sme strávili dve noci v hoteli. Hotel nebol celkom bezbariérový, ale s pomocou rodičov a súrodencov som to zvládol. V Miláne sme mali dohodnutú pešiu prehliadku pamiatok so sprievodkyňou s výkladom v angličtine. Naša sprievodkyňa si všetkých zúčastnených zapamätala podľa krajiny, z ktorej pochádzali a tiež bola veľmi vtipná a dokázala zaujať, takže nás prehliadka veľmi bavila. Videli sme známe pamiatky ako Milánsky dóm, galériu Viktora Emanuela, operu La Scala a hrad vládcov Milána Castello Sforzesco. Navštívili sme aj kostol Santa Maria delle Grazie, v ktorom sa nachádza svetoznáma freska Leonarda da Vinciho, Posledná večera, nachádzajúca sa

v jeho refektári, kam je bezbariérový prístup. Táto freska je unikátna najmä preto, že zobrazuje emócie Ježišových učeníkov po tom, čo im Ježiš oznámi, že jeden z nich ho zradí. Tam skončila prehliadka a potom sme s rodinou boli ešte vo vnútri Milánskeho dómu. Dnu nás s vozíkom pustili bez čakania, takže sme nemuseli stáť v rade na horúcom slnku. V dóme sa dá dostať aj na strechu a aj keď tam vedie výťah, je tam ešte veľa schodov. Prekonal som ich len vďaka môjmu ocinovi, ktorý ma po nich vyniesol. Tak skončil náš deň v Miláne a na ďalší deň sme vyrazili do Andorry. Andorra je maličká krajina, nachádzajúca sa v pohorí Pyreneje, oddeľujúcim rovnomenný polostrov od zvyšku Európy, teda medzi Francúzskom



• Selfie s bazilikou Sagrada Familia nesmie chýbať. Na fotografii je Tomáš s mamou, otcom a súrodencami. (Autor: Z domáceho archívu)



• Tomáš s otcom pred Milánskym dómom.
(Autor: Z domáceho archívu)

a Španielskom. Je to veľmi kopcovitá krajina a hotel Anyós Park, kde sme bývali, bol tiež postavený na strmom svahu. Pozostával z viacerých častí, medzi ktorými sa dalo pohybovať výťahmi. V hoteli bol aj bazén, do ktorého by mal byť aj bezbariérový prístup, no nenašli sme ho, takže otec ma k nemu vždy zniesol. Andorra je kvôli svojej hornatosti vhodná najmä na turistiku a cyklistiku, ale po asfaltovej ceste sa tam dá dostať autom celkom vysoko do hôr aj bez šliapania, takže niektoré aktivity boli vhodné aj pre mňa. Na niektoré kopce sa zase dá vyviešť lanovkou. V hlavnom meste Andorry, Andorra la Vella, sa dá zase prejsť po hlavnej ulici plnej obchodov. V Andorre sme strávili päť dní a potom sme sa presunuli do mestečka Sitges pri Barcelone, ktoré je vzdialené od Andorry asi 200 km.

V Sitges sme si na týždeň s našimi známymi prenajali bezbariérový dom. More tam nebolo veľmi pekné, ale dalo sa tam prejsť peknými uličkami v centre a najesť sa v reštauráciách v prístave. Okrem toho sme boli dvakrát na výlete

v Barcelone, kam sme sa zo Sitges dostali vlakom. Z nástupišťa do vlaku bolo treba vyjsť po schodíkoch, ale rodičia a súrodenci ma tam vždy dokázali vyniešť aj na vozíku. V Barcelone sme boli tiež na pešej prehliadke starého mesta so sprievodkyňou. V starom meste sme navštívili aj gotickú katedrálu Sv. Eulálie. Zaujímavosťou je, že v susediacej budove, ktorou sa do katedrály dá dostať po rampe, chovajú husi na pamiatku sv. Eulálie, ktorá bola pastierkou husí a na mieste, kde dnes stojí Katedrála, ju umučili Rimania. To bol náš prvý deň v Barcelone. O dva dni neskôr sme zase boli na prehliadke baziliky La Sagrada Familia. Z vlakovej stanice, odkiaľ sme išli, sa k Sagrade Familii síce nedá dostať metrom bezbariérovou, ale stanica metra pri bazilike je bezbariérová. La Sagrada Familia je obrovská a krásna stavba, nielen zvonka, ale aj zvnútra. Opäť sme mali prehliadku so sprievodkyňou a stálo to za to, pretože nám vysvetlila všetky symboly, ktoré do baziliky architekt Antoni Gaudí zakomponoval. Najviac sa nám asi páčili farebné vitrážové okná tejto baziliky, ktorá by mala byť kompletne dokončená v roku 2026. Pod bazilikou sa nachádza bezbariérové múzeum. To bol náš posledný výlet počas dovolenky a potom sme už len oddychovali v našom prenajatom dome. V sobotu sme vyrazili na cestu domov, počas ktorej sme prespali v lyžiarskom stredisku Ischgl v Rakúsku. Domov sme dorazili až v nedeľu.

TOMÁŠ VRANOVSKÝ

Potešíme sa vašim tipom na ďalšie bezbariérové výlety a dovolenky vhodné aj pre ľudí na vozíku.