

ČTR NAC TKA



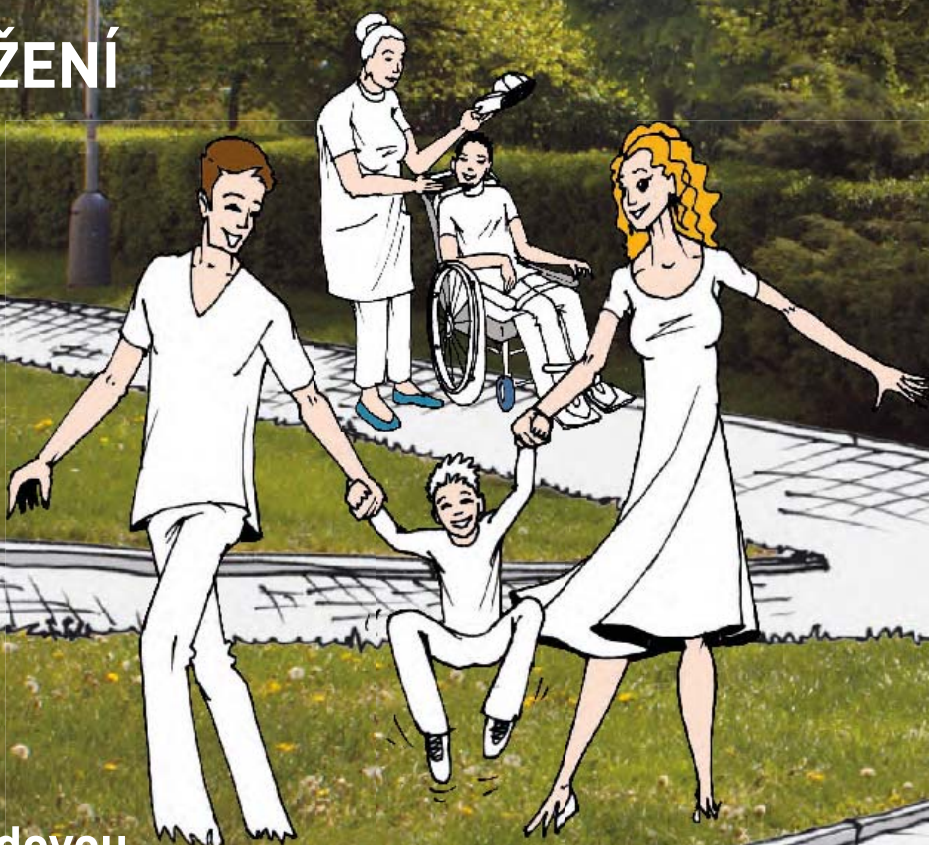
MĚSTSKÁ ČÁST
PRAHA 14

Neprodejné mimořádné vydání

SOCIÁLNÍ SLUŽBY

RODINA, DĚTI, MLÁDEŽ
SENIORŮ
ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÍ
CIZINCI

FOREIGNERS
IHOZEMCI
NGƯỜI NƯỚC NGOÀI
ИНОСТРАНЦЫ



ROZHOVOR

s Mgr. Ing. Lucií Svobodovou,
1. zástupkyní starosty MČ Praha 14

www.praha14.cz

OBSAH

Modré stránky *rodina, děti, mládež*

Úvod, okénko patrona Ing. Mgr. Marie Novákové	6
Mateřské centrum Klubíčko YMCA Praha	8
Sdružení na pomoc dětem s handicapem – Motýlek	11
Neposeda	14
Jahoda	16
Rozhovor o domácím násilí se Zdenou Z. Bednářovou	22



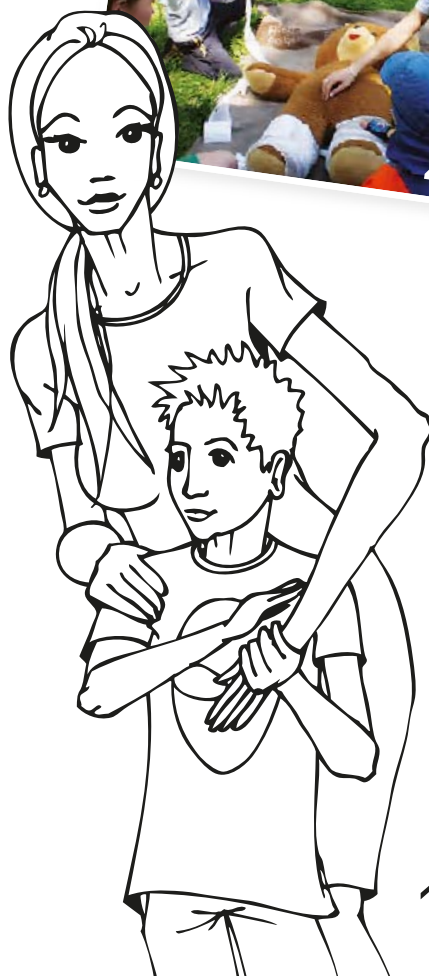
Oranžové stránky *senioři, zdravotně postižení*

Úvod, okénko patrona Mgr. Ivany Kadlečkové	26
Český červený kříž	28
Život 90	33
Dětské centrum Paprsek	34
Sdružení na pomoc dětem s handicapem – Motýlek	35
Farní charita	38
Středisko Diakonie Církve bratrské Černý Most	41
PROSAZ	42
REHAFIT	45
Rozhovor o pražských vozíčkářích s Mgr. Jaroslavou Frankovou	46



Zelené stránky *cizinci, foreigners*

Úvod, okénko patrona	48
Organizace pro pomoc uprchlíkům	49
Informace v angličtině a ukrajinštině	50
Integrační centrum Praha	51
Informace ve vietnamštině a ruštině	52
Farní charita Praha 14 – Projekt návazných služeb pro cizince	53
Rozhovor o začleňování cizinců mezi nás s Ancou Covrigovou	54



Mimořádné vydání Čtrnáctky bylo podpořeno z účelové dotace rozpočtu HMP na aktivity v oblasti plánování sociálních služeb. Obsah byl vytvářen v úzké spolupráci s poskytovateli sociálních služeb s využitím partnerství navázaného v procesu komunitního plánování sociálních služeb.

PRA
PRA
PRA
PRA

HA
GUE
GA
G

Časopis ČTRNÁCTKA • Periodický tisk územně samosprávného celku • Časopis není periodikem žádného politického subjektu • Obsah vznikl na základě podkladů od nestátních neziskových organizací působících na Praze 14 • Redakční úpravu textů provedl Odbor sociálních věcí a zdravotnictví ÚMČ Praha 14 • Pro MČ Praha 14 vydává PRINCO International, spol. s r. o., Panušková 1299/2, 140 00 Praha 4 – Krč, IČ: 45270481 • Fotografie poskytly jednotlivé neziskové organizace • **Náklad:** 22800 výtisků • **Periodicita:** měsíční • **Distribuce:** Česká pošta, s. p., distribuováno zdarma v MČ Praha 14 (Černý Most, Hloubětín, Kyje, Hostavice) • **Registrace:** MK ČR E 20512 • **Manažer vydání:** Mgr. František Bradáč, tel.: 281005343



Mgr. Ing. Lucie Svobodová
1. zástupkyně starosty MČ Praha 14

Pokud tedy nelze zobecnit úlohu radnice, zkusme alespoň přiblížit, jak obecně lze pomáhat sociálně potřebným.

Tady hovoříme o sociálních službách, bez ohledu na jejich typ, poskytovatele či způsob financování. Na straně jedné je tak poptávka klientů po jednotlivých sociálních službách, na straně druhé skupina jejich poskytovatelů a mezi nimi omezené finanční zdroje na úhradu služeb.

Jak konkrétně postupuje Praha 14, aby mezi tím vším našla tu správnou rovnováhu?

Stejně jako u školství se snažíme dlouhodobě monitorovat potřeby našich obyvatel, a mít tak konkrétní představu, co naši občané potřebují. Postupujeme formou takzvaného komunitního plánování, kdy se schází místní občané, v tomto případě tedy buď stávající, nebo potenciální klienti sociálních služeb, s jejich poskytovateli. Ti pak přímo diskutují o tom, co jedna strana poptává, co druhá nabízí, co chybí, co už není potřeba, případně kde je žádoucí změna. U těchto „kulatých stolů“ se ale setkávají i poskytovatelé služeb mezi sebou a mohou vzájemně sdílet své zkušenosti, nejlepší postupy a i takto dále zdokonalovat své služby.

„Solidarita s potřebnými je pro mne jednou ze základních hodnot.“

SOCIÁLNÍ SLUŽBY MAJÍ PŘEDEVŠÍM SLOUŽIT

Paní místostarostko, již podruhé se společně setkáváme u příležitosti vydání magazínu Čtrnáctky. Proč vzniklo toto číslo věnované sociálním službám?

Musím říct, že i s vydáním prvního magazínu o školství jsme váhali. Kladli jsme si otázku, zda v době internetu, kdy lze v řádu minut získat v podstatě jakékoli informace, má takováto obdoba informační brožurky smysl. Nečekaně pozitivní ohlas nás proto doslova zaskočil. Navíc se dlouhodobě ukazuje, že sociální oblast je pro naše občany velmi důležitá, dostáváme k tomuto tématu spoustu dotazů a podnětů. To nás společně přivedlo k myšlence zpracovat i tuto oblast práce radnice formou magazínu Čtrnáctky.

Tématem čísla je tedy sociální politika. Co je úkolem veřejné sféry v této oblasti?

Tato otázka je v zásadě otázkou politickou. Každá politická strana se totiž na úlohu veřejného sektoru v sociální oblasti dívá přirozeně trochu jinak. Proto je asi na místě, aby takovéto otázky kladli občané politikům přímo: má se vůbec stát či obec plést do věcí, jako je pomoc handicapovaným, ať už zdravotně či sociálně, má pomáhat seniorům či mladým rodinám, a pokud ano, tak jak a kde na to vzít. Řada věcí je samozřejmě dána zákony, ale ty přeci tvoří právě politici a odráží se v nich jejich postoje. Já osobně vnímám solidaritu s potřebnými jako jednu ze svých základních hodnot.

Jakou úlohu v tom hraje městská část?

Městská část v tom všem hraje úlohu řekněme moderátora celé té diskuze. Výsledkem té společné diskuze je onen komunitní plán, jakýsi „jízdní řád“ toho, jaké sociální služby městská část v následujících letech pro své občany potřebuje, a bude je zajišťovat či podporovat. Není to tedy tak, že nějaká skupinka politiků či úředníků sedí u stolu nad statistikami a snaží se „vyvěstít“, jaké služby jsou potřeba nyní a co bude potřeba v budoucnu.

Už jsme se dotkli i otázky financí. Kdo a jak tedy hradí poskytování sociálních služeb?

Systém financování sociálních služeb prošel v roce 2007 velkou změnou. Dlouhá léta byly finanční prostředky na sociální péči určeny pouze pro poskytovatele sociálních služeb. To je sice částečně zachováno dosud, ale existuje i část finančního příspěvku, příspěvek na péči, kterou na základě žádosti dostává příznánu přímo občan. A je pak na něm, za jaké konkrétní služby přiznaný příspěvek jednoduše řečeno „utratí“. To na straně jedné přináší svobodu volby, na straně druhé troufám si říct problémy.

V jakém smyslu?

Ta svoboda volby s sebou přirozeně nese obrovský kus odpovědnosti sama za sebe, za svůj stav, za své zdraví. Ona ta původní představa je hezká: dostanu příspěvek

a vyberu si, co mi vyhovuje. Jenže v praxi je to tak, že klient sociálního systému dostává pochopitelně peníze „na ruku“. A ta svoboda nakládání s nimi může vést i k tomu, že ty peníze pak slouží ke zcela jiným účelům, než na které byly určeny. Dostávají se ke mně i příběhy, ve kterých je klientům peněz na sociální služby „líto“, „stydí se utrácet za sebe“ a mají tendenci tyto peníze „uspořít“ a využít je ve prospěch svých rodin.

Co ale v rodinách, které skutečně finančně „nevychází“, a přiznaný příspěvek na péči je tak pro rodinný rozpočet vítaným přilepšením?

A to je přesně špatně. Já v žádném případě nechci zpochybňovat, že řada rodin, i u nás, hospodaří s minimálními příjmy a musí obracet každou korunu, zejména tam, kde se v jedné rodině kumuluje více typů sociálního znevýhodnění. Když do toho přijde třeba ještě nějaká nezaměstnanost. Jenže i v takovéto situaci patří peníze na péči tomu, komu byl přiznan příspěvek. Zahrnovat je do rodinného rozpočtu není vůči těmto osobám férové, byť to může být navenek prezentováno jako jejich dobrovolné rozhodnutí. K řešení tíživé sociální situace z jiných příčin slouží jiné nástroje sociálního systému. Kompenzovat ten výpadek v rodinném rozpočtu omezením potřebné péče o člena domácnosti považuji za nesprávné.

Existuje však i model, kdy péči zajišťuje právě člen rodiny. Jak je to s penězi za péči pak?

V takovém případě samozřejmě právem příspěvek náleží tomu, kdo péči zajišťuje, tedy odborným termínem pečující osobě. A krom příspěvku náleží těmto lidem i naše úcta, protože třeba celodenní péče o závislou osobu je fyzicky i psychicky namáhavá práce. Já sama tyto lidi nesmírně obdivuji. A právě v rámci komunitního plánování se ukázalo, že se na konkrétní podporu pečujících osob musíme více zaměřit. Jako městská část například zvažujeme projekt, který by těmto lidem umožnil jakousi formu „dovolené“, možnost dočasně přenechat péči o závislou osobu profesionálům, ať už půjde řádově o hodiny, či dny.

Existují kromě příspěvků poskytovaných přímo klientům i další zdroje, z nichž mohou být sociální služby financovány?

Zpravidla záleží na konkrétním typu služby, jsou zde velké rozdíly. Obecně ale platí, že na danou službu přispívá více zdrojů a zpravidla je to stát, prostřednictvím Ministerstva práce a sociálních věcí, kraj, v případě Prahy tedy Magistrát hlavního města, městská část a jak už jsme uvedli i sám uživatel, ať už z příspěvku, či z vlastních zdrojů. Procentuální podíl jednotlivých zdrojů se pak mění právě podle typu konkrétní služby.

Jaké prostředky vydává na sociální oblast Praha 14?

Městská část ročně vyčleňuje přibližně 2,3 milionu na sociální granty, které rozdělujeme mezi poskytovatele služeb, přibližně 2,8 milionu vydáváme na pečovatelskou službu a asi 350 až 400 tisíc jde na podporu Domova seniorů.

Jak jsou poskytovány granty?

Především jsme se rozhodli, že chceme tento sektor stabilizovat, a proto dnes jako jediní v Praze poskytujeme většinu grantů na dva roky místo na jeden rok. Přidělení grantu probíhá v klasickém řízení, rozhodující slovo mají odborné posudky a grantová komise a vše ještě schvaluje Rada MČ Praha 14 a Zastupitelstvo MČ Praha 14. Co konkrétně jsme podpořili pro toto dvouleté období, se čtenáři dočtou u jednotlivých prezentací.

Lucie Svobodová
s dcerou Alexandrou



Kdo je garantem kvality poskytované péče a kdo její poskytování kontroluje? Případně kde si může nespokojený klient stěžovat a žádat zjednaní nápravy?

Předně, aby bylo možno žádat o prostředky, musí být sociální služba registrovaná u příslušného kraje, případně u Ministerstva práce a sociálních věcí a musí splňovat základní standardy kvality, které jsou kontrolovány. Pokud má klient výhrady ke konkrétní službě, pak se musí obrátit přímo na provozovatele nebo na inspekci, zajišťovanou nyní úřadem práce, nebo na úřad, který službu registroval. V našem případě tedy většinou na Magistrát hlavního města Prahy. Ale samozřejmě je možné obrátit se i na náš odbor sociálních věcí, který podnět předá podle jeho povahy příslušnému úřadu.

Vraťme se k vašemu komunitnímu plánu. Na které konkrétní oblasti je zaměřen?

Přirozeně se zformovaly tři základní oblasti, které však vždy zahrnují širší okruh problémů. Těmito třem skupinám jsou proto věnované jednotlivé části tohoto magazínu, odlišené barvami. První jsou modré stránky s mottem „rodina na prvním místě“, věnované tedy problémům rodin, dětí a mládeže. Druhá část, oranžové stránky, s mottem „žijeme tu s vámi“, se zaměřuje na seniory a zdravotně handicapované. Závěrečné zelené stránky jsou určeny cizincům.

První dvě skupiny, které jste uvedla, lze považovat patrně za typické klienty sociálních služeb. Naopak zařazení cizinců může překvapit. Proč jste se zaměřili i na tuto skupinu občanů?

Možná čtenáře překvapí už to, že plných 14 procent obyvatel naší městské části činí právě cizinci. To je oproti celostátnímu průměru téměř trojnásobek. Z hlediska státní příslušnosti převažují Ukrajinci, Rusové, Vietnamci a početná je u nás i čínská menšina. Jsem si vědoma toho, že pomoc cizincům může být částí většinové populace vnímána negativně, zejména pokud se z toho udělá laciná politika, na jakou jsme teď třeba koukali na billboardech. Taková ta napůl nevyslovená otázka: proč máme pomáhat cizincům, když „naši lidé“ přece tu pomoc potřebují také.

A jak si na tuto otázku na Praze 14 odpovídáte?

Celkem jednoduše. Lidé, kteří tu s námi spořádaně žijí, jsou „naši lidé“, bez ohledu na jejich národnost či státní příslušnost. Pokud respektují naši kulturu a zvyky, pak my respektujeme jejich. A pokud z nejrůznějších důvodů potřebují pomoc, jsme připraveni jim ji poskytnout. Hlavně se zaměřujeme na integrační aktivity, které začleňují cizince do společnosti, a zabráňují tak vytváření uzavřených komunit. Rovněž podporujeme výuku češtiny, protože zvládnutí jazyka je klíčové, zejména pro děti.

Na závěr je na místě se zeptat, co v sociální oblasti připravujete pro nejbližší období nového.

Chtěla bych vyzdvihnout projekt rekonstrukce Domova seniorů, neboť bez odpovídajícího zázemí a potřebné

kapacity není rozvoj jakýchkoliv služeb myslitelný. Ta současná kapacita je dnes 38 lůžek a registrujeme přibližně dvacet zájemců o umístění. Plánovaná rekonstrukce by měla kapacitu téměř zdvojnásobit, což znamená, že její realizace by nám umožnila okamžitě uspokojit veškerou stávající poptávku. A tady jde o naše občany, kteří v případě, že místa nebudou, budou nuceni ve stáří naši městskou část opustit. I proto považuji projekt za tak důležitý, a budu-li mít důvěru pro pokračování ve své práci, ráda bych ho přivedla v následujících letech až k realizaci.

Náš rozhovor má současně splnit i funkci úvodníku. Můžete tedy čtenářům přiblížit, co vše v magazínu najdete?

O členění kapitol jsme už hovořili. Každá kapitola začíná úvodní stranou, kde se čtenáři mohou seznámit s popisem dané skupiny sociálních služeb, který přinášíme jednak formou prezentace a také takzvaného okénka patrona, odborníka, který se v dané oblasti profesně angažuje. Pak už následují jednotlivé prezentace organizací působících v sociální oblasti tady u nás na Praze 14 a hlavně rozhovory s uživateli. Každou kapitolu uzavírá rozsáhlejší rozhovor k některému z hlavních problémů dané oblasti. Zelené stránky obsahují navíc i cizojazyčné texty.

Co vás přivedlo na myšlenku zařadit do magazínu rozhovory s uživateli?

Při přípravě tohoto magazínu jsem si sama uvědomila, že třeba pod členěním sociálních služeb a mnohdy i pod jejich názvy není snadné si něco konkrétního představit. Přitom klienti sociálních služeb tu žijí s námi, stejně jako my tu žijeme s nimi, a jsou tak součástí života naší městské části. Ambicí tohoto magazínu proto není jen nahradit katalog sociálních služeb: rádi bychom přiblížili reálný život klientů sociálních služeb, o které přece jde především, a to prostřednictvím jejich autentických příběhů. Buď jak buď, není nad vlastní zkušenost. A když ji sami nemáme, není nadto se někoho zkušeného zeptat.

A jak tyto rozhovory vznikaly?

Jednotlivé uživatele vytipovaly samy organizace poskytující sociální služby a zprostředkovaly nám s nimi kontakt. A i když si většina z nich přála zůstat v anonymitě, a zachovat tak soukromí své i svých blízkých, chtěla bych, aby čtenáři věděli, že jsme si povídali s lidmi z masa a kostí, kteří tu, na Praze 14, skutečně žijí s námi. Všechny, s kterými si v magazínu povídáme, můžou čtenáři tady u nás, v Kyjích, v Hloubětíně, v Hostavicích, na Lehovci, na Černém mostě či na Jahodnici, potkat.

Vaše osobní závěrečné poselství?

Sociální služby mají svou podstatu již v názvu: mají především sloužit potřebným. Vše ostatní by se v této sféře mělo snažit sloužit podřídit.

*Rádi bychom
přiblížili reálný
život klientů
sociálních služeb,
o které jde především.*

RODINA DĚTI MLÁDEŽ

Rodina na prvním místě.

Co je obsahem sociálních služeb?

Úkolem sociálních služeb je nabídnout pomoc rodinám v nepřízni či při některé z forem znevýhodnění. Tyto nepříznivé okolnosti mohou mít nejrůznější příčiny a podobu, podle kterých se pak zpravidla odvíjí i konkrétní způsob, jak potřebným pomáhat. To vše se společně odráží v konkrétní nabídce jednotlivých organizací, kterou v modrých stránkách přinášíme. Hned v úvodu je vhodné zdůraznit, že řada problémů rodin, dětí a mládeže má velmi citlivý, až intimní charakter. Nikdo z nás se nechce chlubit partnerskými neshodami, potížemi s výchovou dětí, šikanou, pocity osamění, problémy se zvládnutím školy či problémy s drogami. I proto jsou tyto služby zpravidla poskytovány anonymně a většina z nich i bezplatně.

Kdo se nám v modrých stránkách představí?

- **YMCA Praha** představuje na straně 8 své Mateřské centrum Klubíčko, které je dnes takové, jací jsou jeho návštěvníci, a proto se zítra může stát i takovým, jací jste dnes vy.
- **Sdružení na pomoc dětem s handicapem** nás v modrých stránkách pozve do nízkoprahového klubu Pacific, do Mateřského centra Motýlek a představí nám svůj projekt sanace rodiny (strana 11).
- **NEPOSEDA** je nejen hodně aktivní dítě, ale i občanské sdružení, které je věrné svému názvu. Provozuje hned dva nízkoprahové kluby – Autobus a HoPo, má své Centrum pro rodinu a nabízí i terénní program. Více na straně 14.
- Chcete vědět, co hledat v Jahůdce, Jahodě a v Džagodě? Seznamte se na straně 16 s občanským sdružením **JAHODA** a jeho třemi kluby a terénním programem.



Ing. Mgr. Marie Nováková

Odborný lektor a poradce
v oblasti sociálních služeb,
Mateřské centrum YMCA Praha

Okénko patrona

Vážení čtenáři,

připadl mi úkol pomyslně otevřít modré stránky tohoto magazínu Čtrnáctky, tedy vysvětlit, co vlastně mohou sociální služby obecně nabídnout rodinám a mladým lidem.

Rodičovství, dětství a později dospívání jsou bezesporu krásná období lidského života. Jenže s nimi může být spojené i nepřehledné množství problémů: návrat rodičů do zaměstnání a příprava dětí na začlenění do vrstevnických kolektivů školek a škol, sladění rodinného a pracovního života, vztahové a výchovné problémy v rodině. S životem ve městě jsou pak spojena určitá specifika: častěji tu dochází k ohrožení sociálním vyloučením, k problémům v začlenění do místní komunity. A právě s tím vším se ohroženým rodinám snaží pomáhat sociální služby.

V modrých stránkách se setkáte zejména s nabídkou mateřských a rodinných center, nízkoprahových klubů a terénních programů. Se zkušenostmi jejich návštěvníků se seznámíte v rozhovorech s nimi. Dozvíte se také o pořádání různých kulturních akcí, vzdělávacích programů, seminářů, přednášek a dílen, bude řeč o rodičovské výpomoci i sociálních burzách. Rozhovory s reálnými uživateli, vám snad pomůžou lépe si představit, co od jednotlivých služeb můžete vlastně čekat.

Věřím, že modré stránky vám mohou ukázat cestu. Vyzazit po ní už ale budete muset sami.

Šťastnou cestu přeje

Kdo si s námi o službách pro rodinu povídal?

- Paní **Pavčina (35)**, která se v Mateřském centru Klubíčko, navzdory svému zdravotnímu handicapu, proměnila z uživatelky služeb v aktivní pomocnici. Co to přineslo jí i jejím dětem, se dočtete na straně 10.
- Proč chodí **Foxie (16)** do PACIFIKU? To nám prozradí na straně 12.
- Na straně 13 se nám paní **Nada (40)** svěří, jak jí a jejímu synovi pomohl projekt sanace rodin.
- S **Jirkou z Hloubětína (19)** jsme si povídali o tom, v čem mu pomohl terénní program JAHODY (str. 18).
- **Verča z Černého Mostu (19)** na straně 19 zavzpomíná, co všechno zažila v Jahodě a později v Džagodě.
- Na straně 20 nám „teréňáci“ JAHODY, **Martin, Ivana a Honza**, prozrazují, o čem je jejich práce.
- A protože život, ač nechceme, bohužel někdy přináší i bolest a krutost, najdeme na konci modrých stránek na straně 22 i rozhovor se **Zdenou Zuzanou Bednářovou**, ředitelkou centra pro osoby ohrožené domácím násilím ACORUS, doplněný praktickými radami týkajícími se tohoto ožehavého tématu.





MATEŘSKÉ CENTRUM KLUBÍČKO YMCA PRAHA

Klubíčko je takové, jací jsme my, a může se stát takovým, jací jste vy.

Mateřské centrum Klubíčko YMCA Praha působí v Praze 14 od roku 1995. Je zaměřeno na podporu rodin, zejména s mladšími dětmi. MC Klubíčko je otevřeno všem bez rozdílu, funguje nízkoprahově, proto otevírá řadu v čase proměnlivých programů. Tyto programy zohledňují potřeby, požadavky a zájmy rodin, vznikají iniciativou „zdola“ a jsou vedeny dobrovolníky i profesionály. Mateřské centrum vytváří přátelské prostředí bez formalit, kam můžete patřit také vy. Je možné být jak tím, kdo se programu pasivně účastní, nebo se také můžete stát spolupracovníkem, dobrovolníkem, tedy tím, kdo program aktivně vytváří. Prostor mateřského centra je hřištěm pod střechou. Kromě dobře vybavených herních prostor nabízí i místo pro tvořivé dílny, pro setkávání rodičů a sdílení zkušeností, ale také kuchyňku a zázemí pro kojence.

ŠIROKÁ NABÍDKA ODBORNÝCH PROGRAMŮ

MC Klubíčko nabízí širokou škálu odborných programů a návazných služeb. Patří mezi ně sociálně stimulační skupiny, které napomáhají sociálnímu rozvoji dítěte a usnadňují vstup do kolektivů školek a škol. Dále nabízíme odborné semináře a přednášky pro rodiče, například s tématy výchovy dětí, komunikace a vztahů v rodině či stále opomíjené finanční gramotnosti. Poskytujeme

konzultace v oblastech výchovy a vzdělávání dětí, osobnostního rozvoje, rodinných a partnerských vztahů, těhotenství a porodu, péče o kojence a batolata a podpory jejich psychomotorického vývoje. V návaznosti na odborné přednášky a semináře je možnost využít konzultace s externími odborníky, např. s právníkem, logopedem, porodní asistentkou, pedagogem, psychologem. Nabízíme i zajištění kontaktů na odborná pracoviště. V neposlední řadě se zaměřujeme na poradenskou činnost a koučink v oblasti rozvoje osobnosti, rodinných vztahů, partnerských a výchovných kompetencí a plánovaného a zodpovědného rodičovství. Specifikou naší práce je všestranná pomoc při integraci cizinců, konkrétně pomoc s jednáním na úřadech, s orientací v hostitelské zemi, se zvládnutím českého jazyka a s vybudováním nových kontaktů s většinovou populací.

KLUBÍČKO DĚTEM A RODINÁM

V rámci další činnosti nabízíme pro děti a rodiče herny s programem i volné herny, dopolední programy pro děti bez přítomnosti rodičů (školíčka Šikulka, Hlídací hernička), montessori pracovnu pro děti od 1,5 roku s rodiči, pohybové hry s kojenci a batolaty, Mini English Club, multikulturní klub, tvůrčí dílny, programy pro dospělé (cvičení, angličtina, kavárničky) a jednorázové akce pro celou rodinu.

Poznáváte se? Kdo vyhledává program MC Klubíčko YMCA Praha:

- Jsme rodina s malými dětmi, já (muž či žena) jsem na rodičovské dovolené.
- Jsme rodiče či prarodiče a chceme trávit volný čas aktivně a rozvíjet schopnosti své i svých dětí.
- Chci najít přátele, moje děti potřebují vrstevníky.
- Potřebuji sociální výpomoc, uvítám výměnu oblečení, půjčovnu knih, burzu, bazar hraček a oblečení.
- Jsem náročný rodič a chci své dítě vychovávat moderně a co neaktivněji, proto hledám semináře sebezvzdělávání a programy zaměřené na výchovu a rozvoj dítěte.
- Hledám kroužek pro dítě, ale také něco pro rozvoj své osobnosti.
- Potřebuji posílit vztah mezi mnou a dítětem, naučit ho i sebe novým dovednostem, třeba jak navazovat vztah s vrstevníky, jak ustoupit, ovládat agresi a podobně.
- Rád(a) získávám zkušenosti od jiných a sám(a) předávám ty své.
- Potřebuji radu v problémech vztahů, rodiny, výchovy, sladění pracovního a rodinného života.
- Prožívám(e) osobnostní, rodinnou krizi, potřebuji pomoc, podporu, radu, kontakty na odborníky...
- Jsem cizinec a hledám místo, kde najdu přátele, získám podporu a nové informace.
- Moje dítě je velmi živé, temperamentní a pomůže mi srovnání s jinými dětmi a konzultace problémů s někým, kdo mé dítě uvidí v kolektivu. Chci, aby mé

dítě svého rodiče poznalo z jiného úhlu, jako aktivního rodiče, realizátora aktivity či dobrovolníka.

- Mám volnou kapacitu a chci se zapojit do práce v oblasti podpory rodiny.
- Hledám něco jako hřiště pod střechou, neformální, přátelské, uvolněné, kde si odpočinu a naberu síly.
- Jsem sama (sám) s dětmi a hledám podporu a pomoc jiných rodičů.
- Jsme rodina, hledáme programy zaměřené na kvalitní trávení volného času, kde se rozvíjí osobnost a které stmelují také soudržnost rodiny.
- Záleží mi na místě, kde žiji, chci pomoci a podpořit rozvoj místní komunity.



Městská část Praha 14 podporuje Mateřské centrum Klubíčko grantem v oblasti sociální a návazné služby a volnočasové aktivity. Centrum sídlí v prostorách ve vlastnictví městské části, která na nájemném poskytuje výraznou slevu, a pomáhá tak Klubíčku i touto formou.



KONTAKTY: Mateřské centrum Klubíčko YMCA Praha

YMCA Praha, spolek | Vlčkova 1067, 198 00 Praha 9
mob.: +420 777 596 163 | klubicko.ymca@seznam.cz | www.mcklubicko.cz
www.facebook.com/mcklubickoymca
Mgr. Lucie Pernicová – vedoucí, koordinátorka mateřského centra
Ing. Mgr. Marie Nováková – odborný lektor, poradce

POMÁHAT KLUBÍČKU MI POMÁHÁ



S paní Pavlínou (35), matkou dvou dětí (6, 10), o tom, jak se z uživatelky služby stala její spolutvůrkyní.

V předchozí prezentaci jste se, možná poprvé, setkali s nabídkou mateřského centra. A setkáte se s ní i v řadě dalších prezentací. Následující rozhovor s paní Pavlínou by vám měl pomoci udělat si o fungování takovýchto center konkrétnější představu a pochopitelně by vás měl také nalákat k návštěvě.

Paní Pavlino, jak jste vy sama, obrazně řečeno, našla cestu do Klubíčka?

O mateřském centru Klubíčko jsem se dozvěděla z časopisu Prahy 14. Tehdy bylo dceři jeden a půl roku a já jsem chtěla, aby měla další podněty, aby poznala něco nového a zapojila se do kolektivu stejně starých dětí. Jako matku mě taky přirozeně zajímalo, jak se v tom kolektivu bude projevovat, jaká bude v porovnání s ostatními dětmi.

A krom získání jiného náhledu na dceru, co dalšího vám návštěvy Klubíčka přinesly?

Postupně jsme se zapojily téměř do všech aktivit. Čas strávený v mateřském centru byl pro nás obě čas trávený smysluplně. Já jsem se navíc takříkajíc „dovzdělala“ v oboru „rodičovství“. Získala jsem pro mě tehdy nové informace o vývoji a výchově dětí, rozvoji jejich schopností a dovedností, zejména o rozvoji řeči a grafomotoriky, i o tom, jak s dětmi pracovat doma a podporovat je v rozvoji. Moc mi pomohlo, když jsem díky návštěvám Klubíčka zjistila, že ostatní rodiče řeší podobné problémy jako já a že v tom ohledu není naše rodina nijak výjimečná.

Hovořila jste o vlivu kolektivu. Dá se říct, že vám pravidelné návštěvy mateřského centra třeba pomohly zvládnout přechod do školky?

Jednoznačně ano. V tom kolektivu se děti učí přirozeně vycházet s ostatními, zvládat konflikty. Už jenom tím, že se musí dělit o hračky. V Klubíčku si děti také postupně zvyknou na časový režim jednotlivých činností dne, na svého druhu povinnosti, s čímž ve školce a později ve škole bývá největší problém.

Paní Pavlino, patříte k těm, kteří se postupem času z uživatelů služby stali jejími spolutvůrci. Jak k tomu došlo?

Přibližně v té době, kdy se narodil syn a dcera odrostla, jsem dostala chuť se do práce v Klubíčku sama zapojit. Měla jsem nějaké zkušenosti, věděla jsem, jak to tam chodí, a tak mě napadlo nabídnout to vše i ostatním. A přiznám se, že určitou roli hrála i touha po seberealizaci. Mám totiž těžkou zrakovou vadu, a tak když jsem s nabídkou pomoci přišla, byla ve mně, malá dušička.

Dnes už víme, že to dopadlo ke spokojenosti všech...

Ano. Přes tu moji asi ani nepřiznanou obavu, že budu odmítnuta, byla moje nabídka vítaná. Od té doby jsem pomáhala při vedení pravidelných i jednorázových programů, po nástupu do zaměstnání pomáhám zejména při jednorázových akcích. A vědomí, že jsem užitečná a že pomáhám při dalším vylepšování Klubíčka, pomáhá zase mně.

Už jste se zmínila o tom, že po rodičovské dovolené jste se vrátila k původnímu zaměstnání, ale že i tak zůstáváte s Klubíčkem v kontaktu...

Určitě zůstávám, ať už jako uživatel, či jako spolutvůrce. Teď přirozeně využíváme hlavně programy pro celou rodinu, třeba tvůrčí dílnu nebo ozdravné rodinné pobyty. A pokud mi to časové možnosti dovolí, dál se budu na dění v Klubíčku i nadále aktivně podílet. A třeba na akci „Hrátky s přírodou“ už letos pomáhala také má starší dcera, což asi samo o sobě vypovídá o vztahu dětí ke Klubíčku.

Zkuste závěrem našeho rozhovoru pozvat do Klubíčka další, třeba tím, že nám prozradíte, co pro vás a vaši rodinu Klubíčko znamená.

Na čas strávený v mateřském centru, na ty začátky, ráda vzpomínám jako na hezké životní období. Klubíčko dnes, to jsou naši přátelé a kamarádi našich dětí. S odstupem času jsem moc ráda, že jsem překonala prvotní ostych z neznámého prostředí a že jsem cestu do Klubíčka našla. Věřím, že by se to mohlo podařit i ostatním.



MOTÝLEK

Profesionalita, přátelství, pochopení, poradenství, pomoc.

Nezisková organizace Sdružení na pomoc dětem s handicapem se zaměřuje na poskytování podpory a pomoci rodinám, dětem a mladým lidem ve všech oblastech jejich života. Cíle sdružení jsou naplňovány v rámci Komunitního centra Motýlek prostřednictvím centra denních služeb, mateřského centra, nízkoprahového klubu Pacific a projektu pomoci rodinám v náročné životní situaci. Součástí poskytování služeb je pořádání společných výletů, pobytů, zajímavých akcí a přednášek, nabízíme také možnost zapůjčení literatury, hraček a vybavení. Sdružení založily v roce 2001 Zuzana Jelenová a Hana Urbanová. Neziskovou organizaci, která byla ve svých počátcích závislá jen na aktivitě dobrovolníků, se jim postupně podařilo profesionalizovat. Od roku 2003 sdružení provozuje již zmíněné Komunitní centrum Motýlek na Černém Mostě, kde poskytuje registrované sociální služby a realizuje další projekty. Ty vám podrobně představujeme v následujících odstavcích.

NÍZKOPRAHOVÝ KLUB PACIFIC

Klub nabízí služby dětem a mládeži s vazbou na sídliště Černý Most a okolí, které tráví svůj volný čas na ulici, prožívají náročné životní období nebo se dostávají do konfliktu se společností. Návštěvníkům klubu poskytujeme odbornou pomoc a podporu při řešení tíživých situací, nabízíme příležitost pro bezpečné trávení volného času. Nízkoprahový klub Pacific je členem České asociace streetwork sdružující nízkoprahové sociální služby.

PROJEKT SANACE RODIN

Projekt je určen rodinám v náročné životní situaci. Rodiče se svými dětmi u nás mohou dvakrát týdně využívat školičku, tvořivé dílny a pomoc se školní přípravou. Pomáháme při péči o děti, nabízíme poradenství v sociálněprávní oblasti a dlouhodobé poradenství v hospodaření s rodinným rozpočtem. Nabízíme rovněž doprovod ohrožených rodin, pomoc s výchovnými problémy, podporu při řešení partnerských komunikačních problémů a další potřebnou pomoc.

MATEŘSKÉ CENTRUM MOTÝLEK

V mateřském centru podporujeme rodiče s dětmi raného a předškolního věku. Návštěvníci zde mohou navazovat nové kontakty a přátelství, získávat informace, sdílet své zkušenosti s rodičovstvím a aktivně trávit volný čas spolu se svými dětmi.



MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 14

Sdružení na pomoc dětem s handicapem získalo od městské části Praha 14 grant, který pomáhá realizovat projekt sanace rodin a provozovat Komunitní centrum Motýlek i nízkoprahový klub Pacific. Městská část poskytuje sdružení prostory pro jeho činnost, a to za zvýhodněné nájemné. Rovněž bezplatně zapůjčuje vybavení.



**komunitní
centrum
motýlek**



**mateřské
centrum**



**nízkoprahový
klub pacific**



**centrum
denních
služeb**

KONTAKTY: Sdružení na pomoc dětem s handicapem, o. s. | Vlčkova 1067, 198 00 Praha 14 | tel.: 281 912 081
mob.: +420 777 964 764, www.motylek.org | PhDr. Hana Urbanová – místopředsdkyně sdružení, ředitelka Komunitního centra Motýlek | Jsme členy celostátní Sítě mateřských center a držitelé certifikátu „Společnost přátelská rodině“.

MĚ TAKY MÁMA NEJDŘÍV NECHTĚLA PUSTIT

S Foxie (16) o tom, proč vlastně chodit do klubu.

Pro většinu čtenářů je asi dost těžké představit si něco konkrétního pod pojmem nízkoprahové zařízení pro děti a mládež, jak se kluby typu Pacifiku správně nazývají. Abychom upřesnili obecný popis z předchozí prezentace, zeptali jsme se jedné z reálných uživatelek, slečny Foxie (16), jak vlastně takové kluby fungují a proč ona sama chodí do Pacifiku. Snad to zaujme i ostatní mladé lidi, pro které je klub určen.

Jak dlouho asi chodíš do klubu?

Do klubu chodím skoro od samého začátku, vlastně si pamatuju, když byl klub ještě v původních prostorách Motýlku. Tak to bude asi tak deset let. A pamatuju si snad skoro všechny pracovníky.

Tak to jsi začala chodit jako hodně malá. Jak ses takhle brzo ke klubu dostala?

Na začátku mi řekla kamarádka, kterou mám už od malička, i mamka ji zná, že je tady klub, kam bych mohla chodit i já. Ale mamka se strašně bála mě sem pustit. Nakonec jsme ji ale umluvily, protože to mám skoro před domem, a tak nakonec řekla „jo“.

Vzpomeneš si ještě, co jsi za ty roky tady v klubu třeba řešila a co řešíš teď?

No ze začátku to byly takový ty hodně dětský problémy, jako že „ona se se mnou nekamarádí a co já budu s tím dělat“ a „támhleť mě praštila a zatahala mě za vlasy“ a tak. Pak byla etapa, kdy mi bylo asi devět nebo deset a s kamarádkou jsme strašně věřily na duchy a pohřebišť a takový věci takže v té době jsme s tehdejšími pracovníkem řešily strach z těch věcí. A taky jestli a jak jsou některý věci možný.

No a teď?

No potom se to samozřejmě změnilo na problémy s kamarádama, takový ty důležitější věci, třeba na problémy s klukama. Další témata byly taky pomluvy, spolužáci, šikana. V posledních třech letech já řeším hlavně kluky a potom taky svoje psaní, se kterým mi pracovníci pomáhají, že si ty moje věci třeba přečtou, řeknou mi, co bych mohla udělat líp, jinak a podobně.

A kdybys měla shrnout, co ti to dává, proč sem i po letech chodíš?

No tak předně to je možnost se vymluvit, vypovídat, prostě když mám problém, tak vím, že sem můžu přijít, i když tady třeba není můj, jak se tu říká, „klíčový“ pracovník, tak vím, že mě tady někdo vyslechne, zamyslí se a zkusí mi poradit nebo mě třeba jenom utěší. A taky je fajn, že když mám problém, tak vím, že ho sem můžu jít řešit, že se tady nemusím bát, stydět a tak.

A chodíš do klubu jenom řešit problémy?

Vůbec ne. Hlavně na různé akce, jako malá jsem na ně jen chodila, pak jsem je i sama vymýšlela. A někdy zase zajdu jen tak pobýt, nebo si půjčit nějakou knížku, hru nebo prostě jenom za kamarádku, nebo třeba na filmovej klub, na vaření, různé ruční práce a vyrábění. Je toho spousta, co se dá dělat a vymýšlet.

Doporučila bys klub i ostatním?

Jestli někdo váhá, jako tenkrát moje máma, jestli pustit svoje děti do klubu, tak ať už zaručeně neváhá a klidně je pustí. A nejenom do klubu, ale i na akce s klubem, třeba na výlety do aquaparků nebo i na vícedenní výlety. Klub je fajn. Je tu zábava, ale můžou se tu i svěřit, pokud mají nějaký trápení.



Foxie se bála duchů. Pokud se i ty něčeho bojíš, v klubu máš možnost se s tím svěřit.

NA PROBLÉMY RODINY NEJSEM SAMA

S paní Nadou (40) o tom, jak může pomoci projekt Sanace rodiny.

Patrně i projekt Sanace rodiny patří k těm sociálním službám, u kterých je těžké si konkrétně představit, co se za jeho názvem skrývá. Pomocí rozhovorů jsme vám již přiblížili fungování mateřských center či nízkoprahových klubů a o totéž se nyní pokusíme i s projektem Sanace rodiny. Ten je určen rodinám, které se z nejrůznějších důvodů ocitly v náročné životní situaci. U nás na Praze 14 jej realizuje Sdružení na pomoc dětem s handicapem v rámci Komunitního centra Motýlek. Povídali jsme si o něm s paní Nadou, která pracuje jako zdravotní sestra

Můžete nám prozradit, v jaké situaci byla vaše rodina, když jste se rozhodla využít služeb projektu?

Potkalo nás víc problémů najednou. Můj syn byl dlouhodobě nemocný, jednalo se o onkologickou diagnózu, všechnen čas jsem věnovala jemu. Proto jsem měla jen malou, několikaletou pracovní zkušenost. Pak se mi nedařilo najít práci, ztratila jsem přehled. Bez práce přišly finanční starosti. Do toho syn začal mít problémy ve škole. A najednou toho bylo moc.

Prozradte nám, jak jste se o projektu dozvěděla. Přece jen se jedná o poměrně nový, a tak i méně známý druh sociální služby?

Od kamarádky jsem věděla, že existuje Mateřské centrum Motýlek. Byla jsem tam v poradně ohledně bydlení, trochu jsem se rozpovídala o dalších problémech a oni mi doporučili právě ten projekt Sanace rodiny. Protože jsme potřebovali pomoc víc, ne jenom s bydlením.

Proč jste se rozhodla projekt využít?

Protože ty problémy řešit chci, i když je jich hodně. Chci si najít práci, mít finance pro rodinu a pomoci synovi se školou. Věřím, že se to dá dokázat, když mi někdo pomůže.

S čím vám konkrétně projekt pomohl?

Pokud šlo o to bydlení, tak mi pomohli s vyřízením příspěvku na bydlení. Teď řešíme práci. Poradili mi s napsáním životopisu, naučili mě vyznat se v inzerátech, pomohli mi s obvoláním nabídek. Vyhovují mi rady v praktických věcech, třeba jak na formuláře, v tom já se sama moc nevyznám.

A jak pomohl projekt synovi?

Syn teď chodí do Motýlka jednou za týden na doučování a chodí tam rád. V Motýlku se mu moc líbí.

Doporučila byste projekt i dalším rodinám?

Určitě. Jak už jsem říkala. Díky projektu nejsem na naše rodinné problémy sama.





NEPOSEDA

Aktivní život i pro děti žijící na okraji Prahy.

Naším posláním, které se snažíme naplňovat už od vzniku našeho sdružení v listopadu 1999, je přispět k rozvoji občanské společnosti a zvyšovat kvalitu života dětí, mládeže a rodin na území okrajových částí Prahy. Naším cílem je poskytovat společensky prospěšné služby, které by jinak byly pro obyvatele těžko dostupné. O oživení okrajových částí Prahy však nechceme usilovat sami. Naším dalším cílem je ke spolupráci na rozvoji místního života aktivizovat také místní občany. Konkrétně se ve své činnosti zaměřujeme na preventivní a volnočasové aktivity pro děti, mládež, rodinu a komunitu. Mezi naše stěžejní aktivity patří Centrum pro rodinu, Komunitní terénní program, nízkoprahové zařízení pro děti a mládež Autobus a nízkoprahové zařízení pro děti a mládež HoPo. Naše organizace stojí na činnosti profesionálů, opírá se o strategické plánování, externí konzultace a partnerství s dalšími subjekty. Neposeda rozvíjí komunitní způsob práce. V článku nám představuje své tři stěžejní aktivity.

NÍZKOPRAHOVÉ ZAŘÍZENÍ PRO DĚTI A MLÁDEŽ AUTOBUS

Posláním zařízení je podporovat zdravý rozvoj dospívajících, kteří žijí nebo tráví volný čas v lokalitě Praha 21 (Běchovice, Újezd nad Lesy) a Praha 14 (Hostavice, Kyje) a ocitají se nebo se mohou ocitnout v obtížné životní situaci. Konkrétně může jít například o problémy s hledáním práce, se studiem, partnerské problémy, konflikty

v rodině, problémy s agresivitou, šikanou či závislostí. Nabízíme nejen možnost poradit se, ale zejména možnost předcházet rizikovému chování aktivním a smysluplným trávením času v bezpečném prostředí klubu. Pracovníci klubu dochází i do terénu. Rovněž chceme zlepšit komunikaci mezi našimi cílovými skupinami a širokou veřejností, proto se podílíme na organizaci řady akcí, například Nízkoprahy na rampách, Stop Zevling, Fotbal pro rozvoj, Holiday Party a další.

Kontakt: Českobrodská 1, Praha-Běchovice, Bc. Martina Maierová, vedoucí programu, tel.: 733 182 520, e-mail: martina@neposeda.org

NÍZKOPRAHOVÉ ZAŘÍZENÍ PRO DĚTI A MLÁDEŽ HOPO

Zařízení si klade za cíl vytvářet prostor pro bezpečné a smysluplné trávení volného času dětí a mládeže. Dospívajícím zde nabízíme možnost aktivně a podnětně trávit čas ve společnosti vrstevníků a pracovníků klubu. Pracovníci provázejí mládež, která se z různých důvodů nachází v obtížných životních situacích, a prostřednictvím poskytování informací, podpory a aktivní spolupráce pomáhají mladým lidem zvládnout těžkosti spojené s dospíváním. Působíme nejen v prostorách klubu, ale pravidelně i v terénu na místech v Horních Počernicích, kde se scházejí mladí lidé.

Kontakt: Božanovská 2098, Praha – Horní Počernice, Mgr. Jiří Mataj, vedoucí programu, tel.: 739 491 638, e-mail: jirka@neposeda.org

KOMUNITNÍ TERÉNNÍ PROGRAM

Program usiluje o sociální začlenění a pozitivní změnu v životním způsobu osob, které se ocitly v nepříznivé sociální situaci, a snaží se tak předcházet jejich sociálnímu vyloučení. Terénní pracovníci poskytují uživatelům informace, odbornou pomoc a podporu. Smyslem jejich práce je za aktivní účasti klienta vytvářet podmínky k tomu, aby k žádané změně vůbec mohlo dojít. Terénní pracovníci jsou tak v systému sociálních služeb pomyslnou první „podanou“ rukou: kontaktují klienty, motivují je a podporují ke změně, a když klienti změnu sami chtějí, doprovází je do návazných služeb. Nejčastěji řešenými tématy jsou například dluhová problematika, hledání práce, trestněprávní problematika, narušené vztahy v rodině, ale i samota. Terénní práce má komunitní charakter. Terénní pracovník se tak primárně nezaměřuje na určitý problém nebo cílovou skupinu v lokalitě, ale na to, aby svou lokalitu znal a aby věděl o všech skupinách, které potřebují sociální službu.

Kontakt: Českobrodská 1, Praha-Běchovice,
Mgr. Jana Škodová, vedoucí programu,
tel.: 733 685 911, e-mail: jana@neposedas.org



CENTRUM PRO RODINU

Centrum pro rodinu podporuje celé rodiny a vytváří podmínky pro vzájemný kontakt rodičů a dětí. Jeho posláním je rozvíjet vzájemné vztahy, poskytovat informace, vytvořit prostor pro sdílení zkušeností s rodičovstvím, podporovat rodiče v prohlubování jejich rodičovských dovedností a upevňovat jejich jistotu v komunikaci s dětmi. Konkrétně realizujeme vzdělávací kurzy pro rodiče, volnočasové kurzy pro děti i dospělé, k dispozici je herna pro děti s doprovodem, zařízená hračkami, didaktickými pomůckami i vybavením k pohybovým aktivitám. V době letních prázdnin mohou vaše děti navštívit náš oblíbený příměstský tábor.

Kontakt: Lomecká 656, Praha – Újezd nad Lesy,
Markéta Feniková, vedoucí programu,
tel.: 739 491 633, e-mail: marketa@neposedas.org



Činnost Neposedy podpořila
Městská část Praha 14
v grantovém řízení.



MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 14



*Naším cílem je ke
spolupráci na rozvoji místního
života aktivizovat také
místní občany.*



JAHODA

Lepší život na Černém Mostě.

Jahoda je nezisková organizace, která již od roku 1997 nabízí své aktivity dětem, mladým lidem a rodinám, tedy všem kteří žijí a tráví svůj volný čas na Černém Mostě. Naším cílem je nabídnout dětem a mladým lidem vhodné alternativy trávení volného času, předcházet rizikům, která jsou s životem v anonymně sídlitě spojena. Zároveň je chceme naučit zvládat běžné i mimořádné životní situace a celkově podporovat aktivní a zodpovědný přístup k životu. Pro děti a mladé na Černém Mostě provozujeme Klub pro děti Jahoda a Klub pro mladé Džagoda. Rodičům je otevřeno Rodinné centrum Jahůdka a služby Mateřské školky Jahoda, která podporuje integraci dětí cizinců a dětí s handicapem. Terénní program se věnuje dětem a mládeži, jež tráví svůj čas venku na ulici. Během roku pořádáme pro děti i pro veřejnost mnoho kulturních, sportovních a volnočasových akcí – jednodenní festival Strawberry Fields, Dobročinný bazar, Den dětí a další.

KLUB JAHODA A KLUB DŽAGODA

Program klubů pro děti a mladé je přizpůsoben příslušným věkovým skupinám. Kluby disponují vlastní klubovnou, vybavenou například počítačem připojeným na internet. Klub však především na rozdíl od prostředí ulice představuje bezpečný prostor pro trávení volného času dětí a mladých, je určen jak pro zábavu, tak pro školní přípravu nebo pro získávání nových kamarádů a přátel. Počítá se i se starostmi a trápeními jež odpovídají věku návštěvníků. Kluby je možné navštěvovat bezplatně a anonymně. Klub Jahoda je určen dětem od 6 do 14 let a přijít je možné v pondělí, v úterý a ve čtvrtek od

14.00 do 19.00. Klub Džagoda navštěvují mladí od 13 do 26 let. Je otevřen v pondělí, v úterý a ve čtvrtek od 15.00 do 20.00. Případně i ve středu, která je ve stejnou dobu vyhrazena pro věkovou skupinu 18–26 let. Více o fungování klubu v rozhovoru na straně 19.

TERÉNNÍ PROGRAM

Terénní program je určen dětem a mladým ve věku od 6 do 26 let. Terénní pracovníci nabízejí podporu a pomoc i pro ty, kterým se zatím nepodařilo najít cestu do nízkoprahového klubu, nebo těm, kteří ji pro své specifické zájmy nebo životní situaci ani nehledají. „Teréňáci“ nabízejí pokec a důvěru, pomoc a podporu ve složitých situacích, ale organizují i různé sportovní akce a vůbec pomáhají zabít nudu. Nabídnout mohou zázemí „Pixly“, vysloužilé stavební buňky, když prší či mrzne. I služby „teréňáků“ jsou anonymní a zdarma. Více o jejich práci, i kdy a kde se objevují, se můžete dozvědět v rozhovorech na stranách 18 a 20–21.

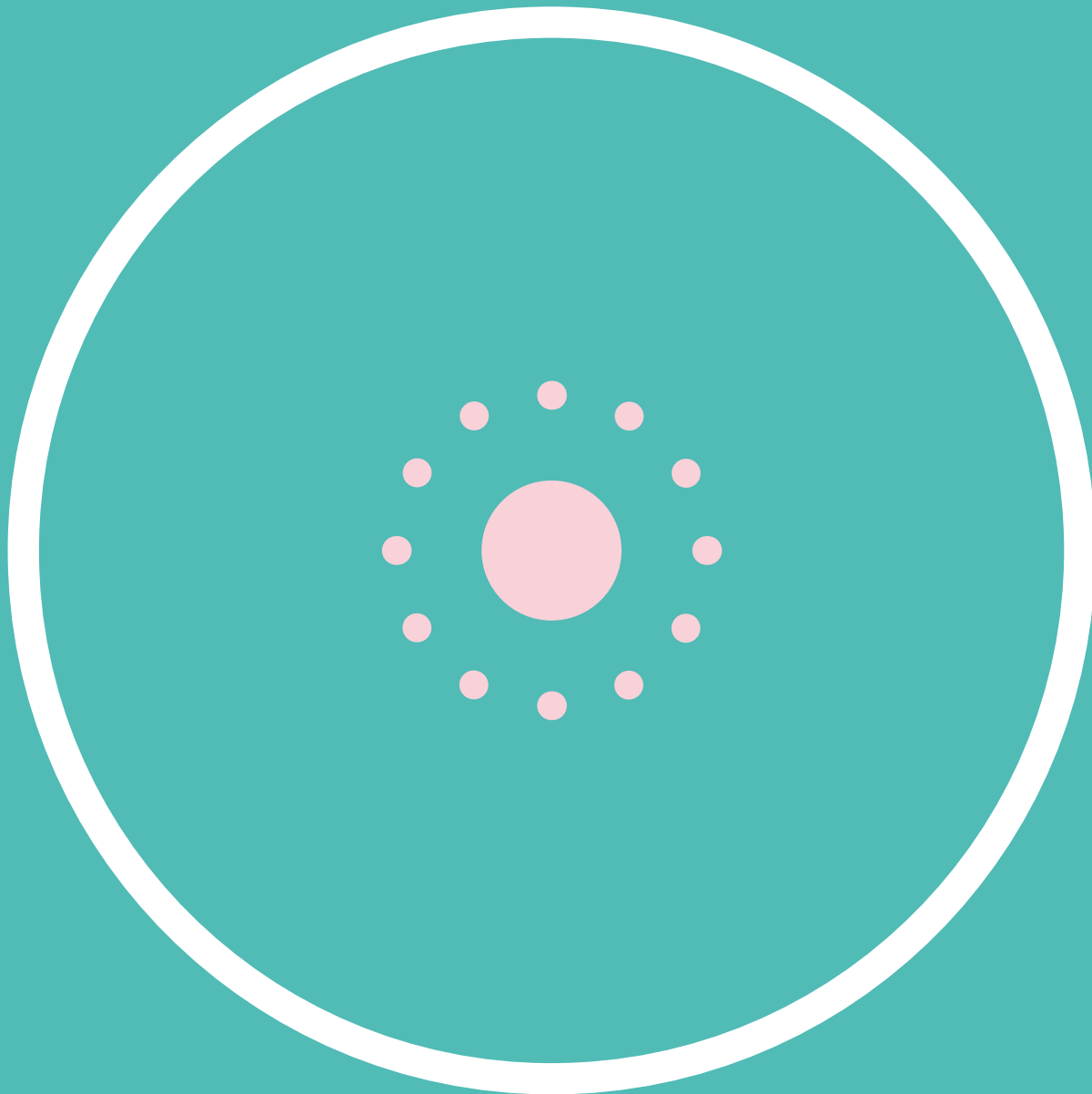
RODINNÉ CENTRUM JAHŮDKA

Centrum slouží rodičům v obtížných životních situacích a snaží se především poskytovat přátelský a bezpečný prostor pro rodiče a děti. K dispozici je poradna pro nastávající rodiče, dopolední školička i herna. Centrum nabízí sociálněprávní poradenství, finanční poradenství, vzdělávací programy a kurzy, ale i cíleně zaměřené individuální poradenství. Návštevy centra však můžete využít k získávání nových přátel, k upevnění vztahu s vaším dítětem či k sebezvzdělávání. V životních nesnázích příznivě působí i možnost porovnat situaci vlastní rodiny se situací rodin ostatních. I k tomu vám návštěva rodinného centra poskytne příležitost. Služby jsou poskytovány anonymně, zdarma nebo za symbolický poplatek. Pokud máte zájem centrum navštívit, sledujte na webu náš pravidelně aktualizovaný program, a určitě si vyberete.



Všechny aktivity Jahody uspěly v grantovém řízení městské části Prahy 14, a získaly tak finanční podporu. Prostory, v kterých působí Rodinné centrum Jahůdka i kluby Jahoda a Džagoda, pronajímá městská část občanskému sdružení Jahoda za snížené nájemné. Praha 14 podpořila letní tábor Jahoda a festival Strawberry Fields. Při pořádání akcí poskytuje jinak zpoplatněné prostory zdarma a případně bezplatně zapůjčuje mobiliář a potřebné vybavení.

KONTAKTY: JAHODA, o. p. s., Vybíralova 969/2, Praha – Černý Most
tel.: 281 916 352 | www.jahoda.cz | Mgr. Kateřina Vašíčková, vedoucí sociálních programů | Kateřina Marinicová, vedoucí Klubu pro rodinu Jahůdka
Mgr. Markéta Křivková, ředitelka MŠ Jahoda



PROGRAM PREVENCE

nádorového onemocnění prsu

12. 3.–12. 12. 2014

Záměrem tohoto preventivního programu je podpořit prevenci nádorového onemocnění prsu prostřednictvím finančního příspěvku určeného na kvalifikované vyšetření prsou.

Příspěvek v maximální výši 350 Kč bude poskytnut občanům s trvalým pobytem na Městské části Praha 14 v období od 12. 3. 2014 do 12. 12. 2014, kteří se podrobili/podrobí sonografickému nebo mamografickému vyšetření prsou v období od 1. 1. 2014 do 12. 12. 2014.

PODMÍNKY PRO POSKYTNUTÍ PŘÍSPĚVKU

- + trvalý pobyt na území MČ Praha 14 (prokazuje se platným OP nebo cestovním pasem s údajem o trvalém pobytu)
- + věk od 25 do 44 let (ve věku nad 45 let hradí toto vyšetření pojišťovna)
- + absolvované vyšetření musí být provedeno ve zdravotnickém zařízení na území ČR
- + absolvované vyšetření musí být provedeno v období od 1. 1. 2014 do 12. 12. 2014
- + o příspěvek je možné požádat pouze jednou
- + na poskytnutí příspěvku není právní nárok

KONTAKTNÍ OSOBA PRO POSKYTOVÁNÍ PŘÍSPĚVKU

Bc. Jana Štosková / e-mail: Jana.Stoskova@praha14.cz / tel.: 281 005 450
O příspěvek lze žádat v období: od 12. 3. 2014 do 12. 12. 2014,
v pondělí a středu od 7.30 do 18.00 hod.

Více informací na www.praha14.cz



MĚL JSEM ZA KÝM JÍT

Jirka (19) vzpomíná na „teréňáky“ z Jahody.

Foxie nám v rozhovoru na straně 12 nabídla pohled aktivní uživatelské sociální služby. Napadlo nás však zeptat se i těch, kdo už nyní službu nevyužívají, a požádat je o pohled s odstupem. Chtěli jsme tak zjistit, jak Jirkovi (19) pomohl terénní program Jahody a co si Verča (19) z klubů Jahoda a Džagoda „odnesla“ do dalšího života.

Ahoj, Jirko. Tak od začátku: jak ses vůbec o terénním programu dozvěděl?

Ahoj. Teréňáky znám asi od léta 2011. To mi bylo 16 let. Najednou se tam u nás zjevili a začali tam pravidelně chodit. Tam u nás myslím v Hloubětíně. Ze začátku jsem se s nima moc nebavil, ale hodně lidí z party jo. Pamatuju si, jak si mě tenkrát označili jako „technař s řetězi“. Jo. Techno mám rád. A jak říkám: já jsem se s nima opravdu moc nebavil. Tak minimálně tři čtvrtě roku.

No a proč ses s „nima“ bavit začal, a využíval tak, možná nevědomě, tuhle, využívat tuto sociální službu?

No takhle jsem to fakt nebral. Kdyby se chovali jako nějaká služba, jak říkáte, tak to jsem asi utek. To nebylo o nějakém rozhodnutí. To se nějak vyvinulo. Asi to začalo tím, že jsme se začali bavit o věcech, co mě baví, co mě zajímá, o technu a tak. Prostě to bylo takový přirozený. No a pak logicky přišel na řadu učňák a holky. To byly mnohdy nekonečné hovory, co vlastně holky chtějí, jak se nenechat využívat a tak. Taky mi pomohli s doučováním, já jsem si moc nevěřil. No a pak se z toho vyvinula taková jakoby důvěra. Oni tu prostě byli v tu chvíli, kdy jsem je potřeboval, tak jsem je pak vyhledával víc a víc. Hlavně jsem je pak ocenil, když jsem taky díky nim úspěšně ukončil školu a hledal práci.

V čem ti teréňáci pomohli?

No to finále ve škole bylo takový nahnutý... no prostě, jak sem říkal, já jsem si moc nevěřil a oni, teda Honza s Martinem, mě v podstatě hecovali, abych to nevzdával, říkali mi, že na tom bejt ve srabu je i něco dobrého, že to člověka zocelí a tak... A mně to strašně pomohlo. A hlavně jsem věděl, že kdyby už šlo do tuhého, tak se ně můžu obrátit s doučováním a tak. Prostě jsem se tolik nebál selhání. Měl jsem za kým jít.

Říkal jsi, že ti teréňáci pomohli najít práci. To je dneska velký problém.

To bylo jinak. Já jsem si práci nakonec našel sám, i když mi kluci hledat pomáhali. Já jsem to spíš myslel tak, že mě odradili od nějakých blbostí, jako je práce načerno a tak. Prostě když jsem hledal, tak jsem od nich pořád slyšel: „Zase práce na černo?“ Díky nim vím dneska z paměti, že za práci na černo... to můžou bejt pokuty až v tisících. Vysvětlili mi, o čem to je, docházet na úřad práce, a že je to lepší, než si nechat nasekat dluhy ze zdravotka.



Čím si vlastně teréňáci získali tvoji důvěru? Mladí většinou nemají moc rádi, když jim někdo...

...kecá do života. No mě na tom bavilo, že mi nikdy nic nevnucovali. Povídali si se mnou o tom, co jsem potřeboval řešit. No asi taky to, že když něco poradili, tak to fungovalo. Že nekecali, že to nebyly takový ty úřednický žvásty z těch brožurek...

Ptáme se tě dneska jako „bývalého uživatele sociální služby“. Takže už se asi s teréňáky nebavíš...

Asi bych se bavil, ale fakt to nestímám. Mám práci... Jo! Mám práci, mám práci v oboru, mám ji na smlouvu a baví mě to! No a taky chci trávit víc času s přítelkyní. Když už snad vím, co po mně chce. (Jirka se směje) Jo a teréňákům moc díky. A že jim přeju hodně silný nohy na terén.

CHTĚLA JSEM BÝT ŘEDITELKOU JAHODY

S Verčou (19) o tom, že pochopení je někdy víc než dobře míněná rada.

V kolika letech jsi do Jahody poprvé přišla a co tě tam přivedlo?

Do Jahody jsem poprvé přišla před dvanácti lety, když mi bylo sedm. Tehdy mě přivedla kamarádka, která tam už chodila a moc se jí to líbilo. Na Černém Mostě to bylo něco nového, neznámého.

Co sis z Jahody a Džagody takříkajíc „odnesla“?

To nejdůležitější je asi inspirace k volbě povolání, protože ta atmosféra mě doslova od prvního dne natolik „vzala“, že jsem se později skutečně rozhodla ke studiu sociální práce. Taky mám z klubu dodnes spoustu přátel, spoustu vzpomínek. Naučila jsem se všimnout si okolí, víc si vážit maličkostí a vůbec, zkrátka nehlédět jen na sebe, ale i na ostatní. Získala jsem sebevědomí a samostatnost, získala jsem motivaci jít dál. Byly to krásné roky.

Jak k tobě přistupovali pracovníci v klubech? Přece jen děti a mladí nemají moc rádi, když jim dospělí přehnaně radí a mluví do života.

Ono je to o přístupu. Především se v klubu vždycky našel někdo, kdo mě vyslechl, když jsem to potřebovala. Při takovém povídání člověk tu radu tak nějak líc „vezme“, když cítí, že ten druhý to myslí vážně, že do toho dává kus sebe. A že chce pomoci, ne sekýrovat. Já jsem se za těch dvanáct let v Jahodě a Džagodě setkala se spoustou pracovníků klubu, každý byl jiný, každý byl originál a každý mi dal kus sebe, kus svého života, každý mě něco naučil.

Co tě v Jahodě nebo v Džagodě nejvíc bavilo?

Nejvíc mě těšilo vlastně to, že ty kluby vůbec jsou. Ale hlavně vzpomínám na keramiku, na fotbálek a na to, jak jsme hráli divadlo. A vlastně jsem taky trochu pamětník. Dneska už asi nikdo neuvěří, že nás stálo dvacet frontů k jednomu počítači, na kterém jsme hráli jednu jedinou hru. A stáli jsme ji rádi.

Jak jsi vycházela s ostatními uživateli?

Myslím, že s tím jsem nikdy neměla problém. My všichni, co jsme tam chodili, jsme měli stejný zájem, trávit smysluplně čas, tudíž jsme si dokázali vyjít vstříc. Takže pohoda.

Zkoušela jsi navštívit i další podobná zařízení?

Jaké to tam bylo?

Jako návštěvnice jsem se do jiných klubů dostala, třeba když jsme měli turnaj ve stolním fotbálku a hrálo se v jiném klubu. A teď se s takovými kluby a podobnými zařízeními seznamuji už v rámci praxe ve škole.

V každém zařízení je to jiné, je to vždy o lidech. Ale stejně jako v dětství jsem ráda, že ty kluby vůbec jsou, že děti a mladí tyto možnosti mají.

Už jsi mluvila o tom, že Jahoda s Džagodou tě přivedly ke studiu škol se sociálním zaměřením, teď maturuješ. Máš už konkrétní představu, co bys chtěla po škole dělat?

Úplně konkrétní představu nemám, ale určitě se chci věnovat oboru. Možná to bude znít hloupě, ale já jsem měla takový dětský sen. Já jsem chtěla být ředitelkou Jahody.

Má se tedy paní ředitelka Kalinová začít bát o funkci?

To asi ne. Sny se časem mění. Ale je třeba je mít a jít za nimi. Asi v tom mi Jahoda nejvíc pomohla.

Tak hezké další snění a děkujeme za rozhovor.



design by MTY

HLEDÁNÍ BEZPEČNÉ CESTY Z DĚTSTVÍ DO DOSPĚLOSTI

S terénními pracovníky Jahody Martinem, Ivanou a Honzou o tom, co teda vlastně dělají.

Technař Jirka, nebo dnes už snad bývalý technař Jirka, si v rozhovoru na stránce 18 teréňáky pochvaloval. Nám to ale nedalo a šli jsme se jich začátkem května zeptat, o čem ta jejich práce vůbec je.

Ahoj, tak snad... jak je v terénu?

Martin: Ahoj. V terénu je hekticky. No to je vlastně pořád. Před dvěma týdny jsme se vrátili z pobytu s uživateli v Německu. Navíc nám právě vrcholí přípravy na fotbalový turnaj a závody koloběžek. Máme radost, že se do příprav obou akcí zapojili i kluci z Vybíralky a ze Skateparku. V terénu to teď žije, takže se opravdu nenudíme.

Tak teda vážně: co vlastně děláte?

Martin: Jsme terénní sociální pracovníci z Jahody. Spolu s mými dvěma kolegy (Martin ukazuje na Honzu a Ivanu) poskytujeme službu, která se jmenuje Terénní program. Chodíme do terénu, tedy po sídlišti, za mladými lidmi ve věku 12 až 26 let, kteří mají potíže, nudí se, něco je štve, nevědí si rady. Jsme tu, aby děti a mladí nebyli na svoje starosti sami. Oslovujeme také skupinky, u kterých vidíme rizikové chování nebo sklony k němu – k záškoláctví, k experimentování s návykovými látkami, k porušování zákona, k šikaně a tak.

Podle rozhovoru s vaším bývalým klientem Jirkou vás docela „berou“. Jak to děláte?

Martin: No tak snad vám to řekl Jirka, jak to děláme. (Martin se směje) Asi se hlavně snažíme s nimi bavit s respektem a zájem jen nepředstírat, ale fakt se zajímat. Myslím, že právě tím se nám daří postupně získávat jejich důvěru. Taky jim dáváme najevo, že oni mají svůj život ve svých rukách a my že jim jen pomáháme se v tom životě orientovat. V tom získávání důvěry je strašně důležité, že služba je bezplatná, anonymní a dobrovolná. My oslovujeme. Ale každý se musí sám rozhodnout, jestli se s námi bude bavit.

Jak byste sami tu svoji práci charakterizovali?

Martin: Já myslím, že vlastně pomáháme hledat bezpečnou cestu z dětství do dospělosti.

O čem tak nejvíc „jde řeč“? Co děti a mladé nejvíc trápí?

Ivana: V tématech rozhovoru se obvykle odráží to, co děti zrovna prožívají. Bavíme se o problémech ve škole, ve vztazích s vrstevníky, doma, o radostech lásky a strastech rozchodů, o nudě, shánění brigád a zaměstnání, o nejrůznějších průšvících, obavách i touhách...

Často témata nabízíme sami, to většinou v případech rizikového chování, to je taková preventivní práce, protože mladí si důsledky rizikového chování často neuvědomují a pak snadno spadnou do průšvihů. A to už je pozdě. Ale taky si všímáme jejich úspěchů, pozitivních změn a oceňujeme zvládnutí překážek. To je pro děti a mladé důležité, že to není jen o problémech a nějakém strašení, naopak že někdo ocení jejich úspěchy. Myslím, že i to přispívá k té důvěře, o které mluvil Martin.

Takže jak by zněla tvoje definice poslání „teréňáka“?

Ivana: Pomáhat mladým vynazat se v sobě.

A jak pomáháte konkrétně? „Pokec“ asi sám o sobě nemusí vždy stačit.

Ivana: To nemusí, ale dětem a mladým mnohdy pomáhá právě už jen to, že jim někdo věnuje pozornost, že je někdo vyslechne. A z takového „pokecu“ vlastně samo vyplyne, s čím je potřeba pomoci. A my pak podle situace buď sami poradíme, nebo řekneme, kam se obrátit. Když je potřeba a když klient chce, můžeme jednat i s třetí osobou, jako je rodič nebo učitel. Ty starší pak třeba i doprovázíme na úřady, aby si vybavili, co je potřeba. Důležitá v tom všem je i zpětná vazba. Zajímat se, jestli to pomohlo, jestli se to změnilo, jestli je to už vyřešené. A taky dokázat pomoci v krizi.

Spolupracujete nějak s dalšími poskytovateli sociálních služeb?

Ivana: Krom toho, co vyplyne z individuálních případů, tak děti a mladé odkazujeme na návazné služby, zejména na nízkoprahové kluby, u nás konkrétně Jahoda, Džagoda, Pacific, Autobus, dále na job kluby a na program v Plechárně. Aby věděli o tom, že existuje i něco dalšího.

Když tedy bude mít někdo zájem, kde a kdy vás mladí mohou potkat?

Honza: Terénní program probíhá čtyřikrát týdně, a to formou obchůzky vytyčené lokality. V pondělí a ve středu chodíme po Černém Mostě, v úterý a ve čtvrtek pak po Rájské zahradě, Lehovci a Hloubětíně, a to vždy od 15.00 do 20.00 hodin. Máme vytipovaná konkrétní místa, která takto pravidelně obcházíme a setkáváme se s klienty. Stejně tak pravidelně navštěvujeme také Plecháru a Centrum Černý Most. V zimě se hodně využívá naše kontaktní centrum Pixla, stavební buňka, která je umístěna v blízkosti metra Černý Most.



Dejme tomu, že se vám podaří navázat s klienty kontakt, funguje důvěra, řeší se problém... Kdy se dostaví výsledky?

Honza: Z těch zkušeností, co máme, se ukazuje, že úspěšnější je spolupráce dlouhodobého charakteru. My samozřejmě umíme pomoci i krátkodobě, rychle. Klient hledá práci. Tak jo, pomůžeme napsat životopis, zajdeme společně na úřad práce.

Uspějeme, neuspějeme, tím ta spolupráce může skončit. Jenže ono to většinou chce víc času. Minimálně rok a půl, ne-li dva. Je to i o tom poznávání se, o tom získávání důvěry, jak už jsme o tom mluvili. Samozřejmě ani to není záruka úspěchu, ale dlouhodobější spolupráce má větší naději, že se nám podaří dosáhnout toho, co klient chce.

Máte nějaký příklad dobré spolupráce a naopak nějaký, který nevyšel?

Honza: Vzpomínám si na kluka, který nezvládal soužití se svou matkou. Svěřil se nám s tím asi až po tři čtvrtě roce spolupráce, ono je to pochopitelné. Taková věc se nedá „vybalit“ při prvním setkání. Vyslechli jsme ho a začali hledat řešení. Nabízela se varianta zažádat o svěření do péče otci a s tím potřeboval pochopitelně pomoci. Ono to není jednoduché, ani psychicky, ani

z toho praktického hlediska. Šlo o to ho povzbudit, motivovat, dodat mu sebevědomí, že krátkodobé nesnáze stojí za tu úlevu na konci. Dneska bydlí s tátou a je spokojený. No a my taky. Pokud jde o ty věci, co nevyšly, tak tu máme několik mladých mužů, kteří neúspěšně hledají práci. Na to jsme zatím nenašli vhodný recept.

99 *Při postupném získávání důvěry je důležité, že služba je bezplatná, anonymní a dobrovolná.*

Podívejme se do budoucnosti, chystáte nějaké novinky?

Martin: Trochu nás překvapilo, že se na nás obrací čím dál mladší děti. Takže jsme se rozhodli, že od léta se začneme víc věnovat i dětem od 6 let.

Na závěr trošku osobnější otázka. Proč vlastně děláte takovou neobvyklou práci?

Honza: Práce je to neobvyklá, a tudíž pestrá. Nikdy nevíte, co se ten den stane, koho potkáte, s kým se budete bavit a co budete řešit za problém či situaci. Navíc celý obor terénní práce je stále „nový“, takže je tady spousta prostoru pro objevování, hledání nových možností, pro zlepšování. To je na tom to krásné. Nadto je fajn vědět, že děti a mladí jsou s námi rádi, že jsme jim užiteční a že jsme pro ně důležití. A taky to, že tím přispíváme k lepšímu životu tady u nás, na Praze 14.



PRVNÍ KROK Z PEKLA DOMÁCIHO NÁSILÍ MUSÍ UDEĚLAT OBĚŤ

*Se Zdenou Zuzanou Bednářovou, ředitelkou centra pro osoby ohrožené
domácím násilím ACORUS, o domácím násilí.*

K sociální oblasti patří i témata, o kterých bychom snad raději ani nemluvili. Jenže právě naše lhostejnost může dopad těchto negativních jevů mnohdy ještě prohloubit. Jednou z nejhorších věcí, s kterou se v sociální oblasti můžeme setkat, je domácí násilí. O rozhovor k tomuto ožehavému tématu jsme požádali ředitelku jednoho z center, která pomáhají jeho obětem.

Paní ředitelko, jak už jsme uvedli, je domácí násilí jednou z nejstinnějších stránek sociální práce. Tento problém je často diskutován, přesto jak vlastně definovat, co to je domácí násilí?

Především si musíme uvědomit, že zde nejde „jen“ o sociálněpatologický jev. Intenzita společenské škodlivosti a nebezpečnosti takového jednání je natolik vysoká, že jde o trestný čin. Specifikem tohoto jevu je, že vše se děje takřikajíc za „zavřenými dveřmi“. To mnohdy vede k bagatelizaci, přehlížení a pomoc často přichází pozdě, až když se „něco“ stane. Přitom jde o tu nejnebezpečnější formu agrese. Domácí násilí navíc vyvolává u oběti trvalý strach, což násilníkovi umožňuje udržovat nad ní moc a kontrolu.

Jak tedy může být vůbec domácí násilí odhaleno?

V drtivé většině případů je to až když se oběť odhodlá a věc oznámí. Problém může být i v naší nevšímavosti i jakési „tiché toleranci“. Mnohdy si totiž ani okolí nechce připustit, že je nějaký problém. Proto se my jako organizace snažíme nejen pomáhat obětem, ale chceme současně působit preventivně, a to i apelem na veřejnost. Pokud bych to měla říct tak nějak lidsky, tak nad domácím násilím nemůžeme zavírat oči a říkat si, že pokud soused mlátí ženu a děti, je to jeho věc a nám do toho nic není. Už proto, že ten soused je podle zákona s největší pravděpodobností zločinec, který může být odsouzen až na osm let vězení.

S jakými formami domácího násilí se setkáváte?

Domácí násilí má mnoho podob. Vždy však jde o týrání, ať už fyzické, či psychické, které může zahrnovat například i hrubé chování, ponižování a verbální útoky. Toto násilí je přitom páčáno na osobě blízké, která žije s násilníkem ve společné domácnosti. Takovými osobami mohou být například manželé, druzi, děti a rodiče.

Dá se na základě vašich zkušeností uvést, která skupina je nejčastěji ohrožena domácím násilím?

Ve své praxi jsem se bohužel setkala s mnoha případy a poznala jsem problematiku domácího násilí ve všech jeho podobách. Proto mohu s jistotou uvést, že oběťmi domácího násilí jsou z 98 % ženy. Typickou klientkou našeho specializovaného centra je žena ve věku 25–40 let, matka jednoho až tří dětí.

A dá se případně specifikovat, z jakých sociálních a rodinných poměrů tyto ženy pochází?

Je pravda, že u řady obětí domácího násilí byl sledován takzvaný transgenerační přenos. To je stav, kdy zjistíme, že dospělé oběti domácího násilí už jako děti zažily týrání, zneužívání či násilí, ať už v roli svědka, nebo samy na sobě. Takovéto dětské oběti mají přirozenou tendenci opakovat vzorce, které poznaly. Ženy pak třeba uzavřou svazek s násilným partnerem a podvědomě přebírají roli matky-oběti. Nejsou výjimkou rodiny, kde přes několik generací všechny ženy zažívaly domácí násilí.

Mohla byste uvést nějaký konkrétní příklad, se kterým jste se setkala ve své praxi?

Vzpomínám si na jednu naši klientku, která uvedla, že její maminka, babička, teta a dnes i její sestra zažívají násilí ze strany svých životních partnerů. Ta tragédie se tam táhne přes několik generací. A to je mnohdy kruh, ze kterého je velmi těžké vystoupit. Právě proto, že tyto dlouhodobě traumatizované ženy považují tento vzorec chování za běžný.

ACORUS nabízí svým klientkám tyto služby:

- Odborné sociální poradenství realizované v ambulantní poradně, kde mohou využít odbornou sociálněprávní, právní, psychologickou a psychoterapeutickou pomoc.
- Poskytování právních informací obětem trestných činů, resp. obětem domácího násilí, což je nová služba realizovaná podle zákona o obětech trestných činů, který vstoupil v platnost v roce 2013.
- Krizová lůžka, kde mohou oběti získat okamžitou pomoc, bezpečné ubytování na 5 pracovních dní a v případě potřeby také potravinový balíček.
- Azylový dům, který nabízí obětem domácího násilí možnost bezpečného bydlení na dobu až 1 roku a speciální odbornou pomoc.
- Nonstop linka do azylového domu, kde mohou volající konzultovat situaci s odborníky nebo se jenom objednat na konzultaci.
- Byty následné pomoci navazují na azylový dům, kde mohou bydlet 3 ženy s dětmi po dobu 1–2 let. Byty jsou umístěny v běžné bytové zástavbě.

Můžeme tedy tvrdit, že „spořádaných“ rodin se problém domácího násilí netýká?

To v žádném případě. To je jeden z naprosto nepravdivých a neopodstatněných mýtů, který je o tomto tématu šířen. Záludnost domácího násilí spočívá i v tom, že se vyskytuje průřezově bez ohledu na sociální či materiální status rodiny. Existují i případy, kdy bylo domácí násilí odhaleno právě v těch navenek naprosto „spořádaných“ rodinách, o kterých hovoříte.

Tady třeba stávající oběti nemusí mít jakoukoli negativní zkušenost z dětství a mnohdy také pochází ze zcela harmonických rodin. Jenže absence této zkušenosti jim na druhou stranu brání včas rozpoznat signály rizikového vztahu. Jejich relativní výhodou však je dobré sociální zázemí. A to znamená, že cesta k ukončení násilí je pro ně větší snazší.

Oběť musí nejprve pochopit, že je obětí a že násilník bude své jednání opakovat.

Pokud se na téma podíváme prakticky: co má vlastně oběť dělat v případě napadení?

Především zavolat policii. Zde skutečně není prostor pro nějaký sentiment, nějaké udobřování a odpouštění. Oběť musí především pochopit, že je obětí a že násilník bude své jednání opakovat. Policie díky novým zákonům už může i prakticky pomoci a může na místě násilníka až na deset dnů vykázat ze společného obydlí. Během té doby má oběť prostor obrátit se na intervenční centrum. Tam jí pomohou zorientovat se v její situaci a nalézt vhodné řešení. Důležité je také navštívit lékaře a požádat ho o zprávu týkající se aktuálních zranění. Na tyto první kroky pak navazuje další odborná pomoc: právní, sociálněprávní, psychoterapeutická a případně také pedagogická.

Jak tedy problém domácího násilí řešit?

Řešení domácího násilí není jednoduché a není ani rychlé. Důležité je, jak už jsem uvedla, aby se oběť sama rozhodla, že chce situaci řešit. Proces rozhodování však bývá velmi náročný a zdoluhavý. Oběť je pod velkým tlakem, často v závislém postavení a musí překonat vnucenou poslušnost a obrovský strach. V této fázi je důležitá podpora zvenčí a pomoc. Čím déle však setrvává v domácnosti s násilnou osobou, tím větší důsledky to má zejména na děti, které jsou často velmi traumatizované, selhávají ve škole a později i v životě. Čím dříve začne oběť, zpravidla žena, situaci řešit, tím jednodušší je řešení pro ni i pro děti.

Jaké jsou konkrétní možnosti pomoci osobám, které zažívají domácí násilí, případně jaká je úloha jednotlivých subjektů?

Do konkrétního řešení případu vstupuje více subjektů a organizací. Především policie, která řeší tu trestněprávní stránku, ale současně musí přijít i ta pomocná ruka v oblasti sociální. Od toho jsou intervenční centra, organizace specializované na domácí násilí, například náš ACORUS nebo Rosa, a ty mohou nabídnout oběti třeba utajené bydlení. Důležitá je i činnost orgánů sociálněprávní ochrany dětí.

Vraťme se závěrem k prevenci, o které jste hovořila v úvodu. Pokud sama cítíte, že něco není v pořádku, jak mám udělat ten pomyslný „první krok“?

Určitě není správné čekat. Jakmile se objeví první příznaky nebo pokud už zažijete nějakou z forem domácího násilí, nečekejte, nestyďte se a vyhledejte odbornou pomoc. Připomínám, že byť drtivou většinu obětí domácího násilí tvoří ženy, mohou tato traumata zažívat také děti a senioři a že do této oblasti spadá i sexuálně motivované násilí. V první fázi kontaktu s odborníky jde především o to poradit se, získat zpět sebedůvěru, získat pocit, že se s tím dá něco dělat. Jen je třeba začít, udělat ten první krok. Pasivní čekání na změnu k ničemu nevede. Aby ve vztahu došlo k reálné pozitivní změně, musel by především sám násilník přijmout skutečnost, že je násilníkem, a musel by mít opravdový zájem na

změně svého chování. Je zde na místě srovnání s osobou závislou, alkoholikem, gamblerem, neboť ani tito lidé si nepřipouští, že závislí jsou. Takovíto lidé, stejně jako právě násilníci, nemají náhled na své chování, a proto ani nemají potřebu nic měnit. Onen „první krok“ proto bohužel musí udělat oběť.

Vaše poselství závěrem?

V těchto dnech jsem zaregistrovala velkou billboardovou kampaň „Domácí násilí – věc veřejná“. Upřímně bych si přála, abychom si toho byli všichni vědomi a nezavírali před tímto problémem oči. Obětem a ohroženým pak přeji, aby v sobě našli sílu a odvalu udělat ten „první krok“, o kterém jsme v závěru hovořili. Jak naše organizace, tak i naši kolegové, všichni jsme připraveni podat pomocnou ruku.

Děkujeme za rozhovor a přejeme mnoho úspěchů ve vaší činnosti.

Domácí násilí je trestným činem, za který může být pachatel odsouzen až na 8 let.

§ 199 TRESTNÍHO ZÁKONA – TÝRÁNÍ OSOBY ŽIJÍCÍ VE SPOLEČNÉM OBYDLÍ:

Kdo týrá osobu blízkou nebo jinou osobu žijící s ním ve společném obydlí, bude potrestán odnětím svobody na šest měsíců až čtyři léta. Odnětím svobody na dvě léta až osm let bude pachatel potrestán, spáchá-li čin zvláště surovým nebo trýznivým způsobem, způsobí-li takovým činem těžkou újmu na zdraví, spáchá-li takový čin nejméně na dvou osobách, nebo páchá-li takový čin po delší dobu.



Na koho se mohu obrátit?

ACORUS

Centrum pro osoby ohrožené domácím násilím

Nonstop linka: 286 892 772

e-mail: info@acorus.cz

www.acorus.cz

www.facebook.com/ACORUS.CZ

ROSA

Centrum pro týrané a osamělé ženy

Komplexní psychosociální, sociálněterapeutická a sociálně-právní pomoc pro ženy – oběti domácího násilí v Informačním a poradenském centru ROSA, azylové ubytování ROSA s utajenou adresou pro ženy – oběti domácího násilí a jejich děti.

SOS linka: 602 246 102 (Po–Pá: 9–18)

tel.: 241 432 466

www.rosa-os.cz, www.stopnasili.cz

BÍLÝ KRUH BEZPEČÍ

Pomoc obětem trestných činů

Nonstop linka DONA (pro oběti domácího násilí):

251 511 313, tel.: 257 317 110, www.bkb.cz

INTERVENČNÍ CENTRUM PRO PRAHU

– **Centrum sociálních služeb Praha (CSSP)**

Pomoc obětem domácího násilí na základě spolupráce s Policií ČR v případě vykazání násilné osoby ze společného obydlí nebo na základě žádosti osoby ohrožené domácím násilím.

tel.: 604 231 085

www.intervencnicentrum.cz, www.csspraha.cz

RIAPS (CSSP)

Krizové centrum, nepřetržitá psychoterapeutická pomoc

Pražská linka důvěry – nonstop krizová pomoc:
222 580 697

e-mailové poradenství: linka.duvery@csspraha.cz

poradenství prostřednictvím chatu na adrese:

www.chat-pomoc.cz

CENTRUM KRIZOVÉ INTERVENCE

Zařízení pro psychosociální pomoc lidem v krizi

Nonstop linka: 284 016 666

www.plbohnice.cz

SENIORŮ, ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÍ

Žijeme tu s vámi.

Co je obsahem sociálních služeb?

Když je člověk mladý a zdravý, je mu, „hej“. Stáří či nemoc, ať fyzická či duševní, s sebou ze všeho nejvíc přináší úbytek sil. A to i k úkonům, které zdravým lidem přijdou samozřejmé. Sociální služby pro seniory a zdravotně postižené si tak především kladou za cíl tento úbytek sil vhodnou formou kompenzovat. Síly mohou chybět například při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu, s kterými pak v rámci služby pomáhají asistenti. A to buď v přirozeném prostředí klienta, tedy takzvanou terénní formou, nebo v pobytovém zařízení, například v domově seniorů. V případě stacionářů, rehabilitačních zařízení, ale i různých klubů, kam klienti za službami dochází, pak hovoříme o službách ambulantních. Ve stáří a v nemoci je třeba dbát i o duši, a proto sociální služby pomáhají i při zajištění kontaktu klientů se společenským prostředím a při prosazování jejich práv a zájmů.



Ivana Kadlečková,
ředitelka
Oblastního spolku ČČK Praha 9

Okénko patrona

Vážení čtenáři,

oranžové stránky si kladou za cíl představit služby a zařízení sloužící převážně seniorům a zdravotně postiženým. Myslím, že však budou zajímavé i pro mladé a zdravé. Proč? Protože každý mladý určitě jednou zestárne a každý zdravý může onemocnět. A i když zůstaneme zdraví a ještě než sami zestárneme, zestárnou naši rodiče, a otázka péče o seniora se tak jednou dotkne většiny z nás. Proto jsme oranžové stránky koncipovali nejen jako praktickou pomůcku pro dnešní potenciální uživatele sociálních služeb, ale vlastně i jako populárního průvodce pro všechny ostatní. Protože potenciálním klientem těchto služeb, byť si to nepřipouštíme, je vlastně každý z nás. Přeji vám, abyste v každém věku zůstávali zdraví a čilí. A pokud vás či vaše blízké potká nemoc, úraz, anebo se dostaví stáří, nezapomínejte na to, že jsou tu lidé, kteří nabízejí pomocnou ruku.

Potkáte je na oranžových stránkách.

Ivanellečková Ivana

Které organizace se nám v oranžových stránkách představují?

- **Oblastní spolek Českého červeného kříže Praha 9** nás zavede do Domova seniorů Bojčenkova, do nízkoprahového Klubu seniorů a představí nám své pojetí pečovatelské služby (nejen) pro seniory i službu Senior doprava. (strana 28)
- **Sdružení Život 90, o. s.,** nabízí na straně 33 tísňovou službu – tlačítko, které ochrání zdraví, život i bezpečí.
- **Dětské centrum Paprsek** představuje na straně 34 svůj denní stacionář.
- Na straně 35 se dozvíme, že **Motýlek**, který se nám představil již v modrých stránkách, má v Centru denních služeb otevřenou náruč i pro děti postižené.
- **Farní charita Praha 14** nám na straně 38 představí svůj projekt podpory pečujících osob.
- **Středisko Diakonie Církve bratrské Černý Most** nám na straně 41 ukáže denní centrum pro zdravotně postižené, popíše služby osobní asistence a nabídne chráněné bydlení.
- Společnost pro sociální rehabilitaci osob se zdravotním postižením **PROSAZ** popisuje na straně 42 služby domácí péče, osobní asistence a pečovatelské služby.
- Svou prezentaci přináší i Rehabilitační centrum **REHAFIT** (strana 45).

S kým si na oranžových stranách povídáme?

- **S paní Boženou (86)**, celoživotní obyvatelkou Prahy 14 o tom, jak díky Domovu seniorů Bojčenkova zůstává vlastně pořád „doma“ (strana 30).
- **S paní Blankou (70)** na straně 31 o tom, co se dá zažít v Klubu seniorů.
- **S Maruškou (47) a Rudolfem (55)**, kteří, ač nevidomí, žijí s pomocí pečovatelské služby velmi aktivní život ve vlastní domácnosti, si povídáme na straně 32.
- S tím, jak zvládá vrozené postižení syna (11), který se narodil s Downovým syndromem, se nám na straně 36 svěřuje jeho matka, **paní Erika Vosáhlová (39)**.
- **Paní Marie (58)**, která pečuje o syna (19) připoutaného v důsledku svalové dystrofie na invalidní vozík, vzpomíná a nabízí ostatním své zkušenosti na straně 40.
- **S paní Eliškou (39)**, která je na invalidní vozík upoutána po operaci a v bezbariérovém bytě na Černém Mostě využívá služeb osobní asistence, si povídáme na straně 45.
- Paní Eliška upozorňuje na problematiku, ke které jsme na straně 44 o jednu odpověď požádali i **Mgr. Davida Beňáka**.
- Závěrem oranžových stránek na straně 46 přinášíme i velký rozhovor s předsedkyní Pražské organizace vozíčkářů **Mgr. Jaroslavou Frankovou**.



ČESKÝ ČERVENÝ KŘÍŽ

*Humanita, nestrannost, neutralita, nezávislost,
dobrovolnost, jednota, světovost.*

Český červený kříž se řadí mezi největší organizace v České republice. Členové se sdružují v místních skupinách po celém území České republiky. Český červený kříž je národní společností mezinárodního hnutí Červeného kříže a Červeného půlměsíce na území České republiky. Je pokračovatelem Československého červeného kříže, založeného v roce 1919 prezidentem republiky T. G. Masarykem. Podtitulek připomíná sedm základních principů Červeného kříže, ke kterým se hlásí i Oblastní spolek Praha 9, působící i na území Prahy 14, jehož hlavní aktivity popisujeme.

DŮM SOCIÁLNÍCH SLUŽEB – DOMOV PRO SENIORY

ČČK provozuje na území Prahy 14 jediné pobytové zařízení zajišťující komplexní péči o seniory. Vlastníkem objektu je městská část Praha 14, která současně poskytuje příspěvek na jeho provoz. Dům je situován v klidné části sídliště a náleží k němu velká zahrada, sloužící k odpočinku a relaxaci klientů. Ve dvou patrech je umístěno celkem 19 dvoulůžkových pokojů, společenská místnost, jídelna, kuchyňky, bezbariérová koupelna a toaleta. Objekt splňuje veškeré zákonné nároky kladené na zařízení tohoto druhu, s ohledem na dobu výstavby se však blíží hranice jeho životnosti. Vlastník budovy, Praha 14, proto usiluje o jeho komplexní rekonstrukci. Mimo základní zdravotnickou a sociální péči zařízení nabízí i kondiční cvičení, ergoterapii ke zlepšení a udržení soběstačnosti. Veškeré služby zajišťuje odborně zdatný personál.

Kontakt: Domov seniorů, Bojčenkova 1099, Praha 14, pí. Ivana Pokorná, vedoucí sestra, tel.: 281 917 468

DOMÁCÍ OŠETŘOVATELSKÁ PÉČE ALICE

Terénní zdravotní péče je poskytována na území MČ Praha 14 od roku 1994. Péči poskytují kvalifikované zdravotní sestry 8 hodin denně a 5 dní v týdnu. Během návštěvy v místě bydliště klienta mohou být prováděny úkony zdravotní péče, od podávání léků a odběrů biologického materiálu až po komplexní péči o imobilní pacienty a pacienty v terminálním stadiu. Podmínkou pro poskytování těchto našich služeb je, že je ordinována registrujícími praktickými lékaři nebo lékaři z lůžkových oddělení. Péči lze poskytnout i na vyžádání klienta, kdy sestra například supluje péči rodiny. V tom případě jde pak o službu hrazenou klientem.

Kontakt: Středisko ALICE, Kpt. Stránského 996, Praha 9 – Černý Most, Eva Přídová, vedoucí sestra, tel.: 777 680 920

PEČOVATELSKÁ SLUŽBA (NEJEN) PRO SENIORY

Naše komplexní pečovatelské služby jsou poskytovány v Kyjích, na Jahodnici, v Hostavicích, v Hloubětíně, na Lehovci, a na Černém Mostě a jsou určeny pro seniory, zdravotně handicapované, ale například i pro rodiny se třemi a více

děti. Na základě žádosti sepsané se zájemcem je sestaven individuální plán a uzavřena smlouva. Její součástí je pak seznam konkrétních úkonů, které mohou být prováděny, i jejich ceník. Typickými službami jsou například denní rozvoz obědů, nákupy, běžný úklid, praní a žehlení prádla, pochůzky, pedikúra, mytí nádobí, ohřátí jídla a další. Poplatek za služby tohoto typu činí 130 Kč za hodinu práce. Praní, případně drobné opravy prádla stojí 70 Kč za 1 kg.

Kontakt: Středisko pečovatelské služby, Kpt. Stránského 996, Praha 9 – Černý Most, Bc. Renáta Kosová, vedoucí střediska, tel.: 281 911 719

NÍZKOPRAHOVÝ KLUB SENIORŮ

Cílem klubu je poskytnout prostor pro setkávání a realizaci volnočasových aktivit seniorů. Klub je otevřen jednou týdně ve středu v odpoledních hodinách. Pořádá přednášky, kulturní programy, organizuje výlety, týdenní pobyty, návštěvy divadelních představení, sportovní hry seniorů, charitativní večery, ale může nabídnout i kondiční cvičení, výtvarné práce spojené s velikonoční a vánoční výzdobou a další rukodělnou činnost. Návštěvnost klubu se od jeho otevření v květnu 2007 neustále zvyšuje a v současné době do klubu dochází cca 80 seniorů. Uskutečněné akce jsou vedeny v kronice.

Kontakt: Klub seniorů, Kulturní dům, Šimanovská 47, Praha 9 – Kyje, tel.: 281 863 421

SENIOR DOPRAVA

Nedílnou součástí plnohodnotného aktivního života seniorů je dostupná doprava. Služba Senior doprava je od prosince 2009 alternativou k mnohdy technicky nedostupné veřejné dopravě či ekonomicky náročné taxislužbě a pomůže seniorům v případě návštěvy lékaře, nákupů, ale dopraví i do divadel a na kulturní akce. Služba není hrazena ze zdravotního pojištění a na jejím financování se formou poplatku za dopravu podle ceníku podílí klient.

Kontakt: dispečink – tel.: 777 704 248

Orientační ceny Senior dopravy:

- | | |
|---|----------------|
| • Přistavení vozu + asistence pro klienty z Prahy 14 | 30 Kč |
| • Přistavení vozu + asistence pro klienty z ostatních městských částí | 45 Kč |
| • Cena přepravy | 12 Kč/km |
| • Čekací doba | 30 Kč/15 minut |



MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 14

*Všechny popsané hlavní aktivity
Českého červeného kříže vyjma
Domácí ošetrovatelské péče Alice jsou
spolufinancovány grantem MČ Praha 14.*



KONTAKTY: Oblastní spolek ČČK Praha 9 | Bří. Venclíků 1070 | 198 00 Praha 9 – Černý Most
www.cckp9.cz | Kontaktní osoby a spojení jsou uvedeny u jednotlivých služeb.

VLASTNĚ JSEM ZŮSTALA DOMA NA PRAZE 14

*S paní Boženou (86) o životě
v Domově seniorů Bojčenkova.*

Paní Boženko, začít žít v domově seniorů, to většinou nebývá jednoduché rozhodnutí. Můžete nám prozradit, jak jste k němu dospěla vy? Váš příběh by možná mohl pomoci lidem, kteří sami váhají, jak se rozhodnout...

Já jsem dlouhá léta pracovala společně s manželem v restauraci. Byla jsem servírka. To je spousta běhání od rána do večera. Žili jsme v rodinném domku tady na Praze 14. Díky manželovi, dceři a pečovatelkám jsme to spolu všechno zvládali, jak se říká „obešli jsme se“. Jenže manžel před dvěma lety zemřel a dcera odešla za svým životem do Německa.

Pak jste se tedy rozhodla?

Víte, nebylo to jednoduché. Už jen opustit domek, kde jsme s manželem prožili celý život... Jenže ono se to zdravíčko začalo ozývat víc a víc. Inu síly ubývají. Hlavně ty moje nohy. Když to jde, tak se směju, že na to vlastně mají právo. Vždyť se něco naběhaly „po place“. A taky už mi úplně neslouží paměť.



To tedy byly ty důvody, které vás přivedly sem do domova důchodců?

Ono už to opravdu nešlo. Párkrát jsem i ošklivě spadla. Pak jsem si sama, i když pochopitelně nerada, musela přiznat, že už to nezvládám. No a tak jsem na radu kamarádky přišla sem.

Hrálo v tom nějakou roli, že domov seniorů je tady, na Praze 14, tedy v místě, kde jste byla zvyklá žít?

To víte, že ano. I když jsem se rozhodla, nechtěla jsem jít někam úplně pryč. Vždyť jsem tady prožila celý život. Mám tu spoustu vzpomínek, co se za ta léta nastřádají. No a vzpomínky, to je přece jedna z mála věcí, které starému člověku zůstanou a dělají radost. A tak i když je Domov seniorů uprostřed sídliště, tak já si vlastně připadám, že jsem zůstala doma.

V čem vám pobyt v domově pomáhá?

V těch věcech, co už jsem ani s námahou nezvládala. Jídlo, prádlo, úklid. Umýt se, obléct se, projít se. Pohlídat léky. Taky že tu nejsem sama. Jsem mezi lidmi, a na to já byla z práce zvyklá. Sama bych určitě nechtěla být. Navíc tady se pořád něco děje, je nějaký program, tak člověk nemá čas třeba na svoje smutky, trápení a tak.

Svěřila jste se nám, že změna byla těžká. Teď, s odstupem času, líbí se vám tu?

Líbí. Pravda, to zařízení už je postarší, ale hezky se tu o to starají. A lidi jsou tu milí, myslím ošetřovatelky a vůbec personál. Stáří má své strasti. Ale když se na vás lidi kolem usmívají a jsou příjemní, tak se lépe překonávají. Tady se všichni snaží, aby tady byla taková ta „domácká“ nálada. Snad proto si tu připadám opravdu „doma“. A nejsem sama.



Domov seniorů po
plánované rekonstrukci.

„Tady se pořád něco děje.
Na smutky a trápení tak
ani není čas,“ říká Boženka.

MY JSME TAKOVÍ MODERNÍ SENIORŮ



S paní Blankou (70) o tom, že věk opravdu nemusí být překážkou.

Paní Blanko, v našem magazínu chceme nejen ukázat smysl sociálních služeb, ale taky se dotknout vztahu jejich uživatelů k Praze 14. Co nám o svém vztahu ke „čtrnáctce“ prozradíte vy?

Naše rodina tady bydlí od roku 1938. To tenkrát ještě vlastně ani nebyla Praha, jak si ji představujete dneska. Vždyť tady to vlastně byla taková vesnice. Za ta léta, co tu jsem, se toho hodně změnilo.

Povídáme si dnes spolu o stáří. Jaké to je, být seniorem na Praze 14?

Já jsem na Praze 14 prožila celý život. A díky tomu jsem ze staré školy. My jsme ještě hodně dali na sousedské vztahy, na soudržnost, na přátelství. To už se dnes, škoda, tolik nevidí. Myslím, že my jsme si v té naší generaci byli tak nějak blíží. A já díky tomu dodnes mám spoustu známých a přátel. Pravda, někteří odešli, tak říkajíc „ztratili se ve světě“, ale zůstala tu taková parta lidí, co jsme drželi vždy spolu. A ti mě vlastně i přivedli sem do klubu seniorů.

Starší lidé ale mají rádi svůj klid. Co vás přimělo přijít?

Vlastně asi zvědavost. Já jsem byla ze začátku ráda, že něco takového, takový klub, vůbec existuje. Pak jsem začala docházet. Kromě starých přátel jsem tu poznala spoustu dalších nových aktivních lidí, kteří se netrápí věkem, a jsou tak vlastně jak vy dnes říkáte „moderní“.

Tomu nemůžeme oponovat. A co dnes taková „moderní“ seniori podnikají?

A proč se tomu nezasmát, když to není úšklebek? My rádi podnikáme. A je toho hodně: cvičení, výlety, divadla, přednášky... A program si třeba dokážeme udělat i sami: spousta z nás dělala v zajímavých profesích, máme tu architekta, právníka, učitele, lékaře... a u těch všech stačí, jen když začnou vyprávět. To je někdy na celý večer.

Naše povídání by mělo přilákat i další. Co byste případným zájemcům vzkázala?

Ať určitě přijdou. Každý je vítaný. On každý něco přinese... a něco si odnese. Třeba už jen to, že není sám.



„Program si dokážeme udělat i sami, stačí, když někdo začne vyprávět,“ říká Blanka.

HLAVNĚ SE NEBÁT, ŽE TO NEZVLÁDNETE

S Maruškou (47) a Rudolfem (55), kteří, ač nevidomí, žijí s pomocí pečovatelské služby velmi aktivní život ve vlastní domácnosti.

Původně to měl být jen další z našich rozhovorů s uživateli jedné ze sociálních služeb. Jenže srdečnost a hlavně otevřenost Marušky a Rudolfa, nevidomých manželů žijících s námi na Praze 14 v jednom z bytů zvláštního určení, nás zaujaly natolik, že přinášíme i něco víc z jejich příběhu.

V úvodu našeho rozhovoru ještě jednou děkujeme za vaši vstřícnost a otevřenost. Začneme tedy od začátku: co vůbec svedlo vaše cesty dohromady?

Maruška: Byla to hudba. Seznámili jsme se totiž v pěveckém sboru pro nevidomé. Potkal nás podobný osud. Byli jsme oba rozvedení a oba jsme předtím žili se zdravými partnery. Já sama mám i zdravého syna. No a asi díky těm podobným osudům jsme si začali víc a víc rozumět...

Rudolf: ...a skončilo to svatbou.

Proč jste se rozhodli pro život ve vlastní domácnosti? Přece jen je to dost odvážné rozhodnutí...

Maruška: Dokud jsme oba žili se zdravými partnery, žádnou jinou pomoc jsme nepotřebovali. A když jsme se rozhodli žít společně, hledali jsme řešení. A tím pro nás je tento byt. Sice se mu říká „zvláštního určení“, ale je to byt jako každý jiný, jen je umístěn v bezbariérovém domě, což s přibývajícím věkem bude jen výhoda, ale jinak je mezi běžnou zástavbou. A můžeme tu využívat pečovatelskou službu, díky které žijeme docela běžný život.

Prozradíte nám vaše profese?

Rudolf: Maruška má střední ekonomickou, ale teď se hlavně stará o domácnost. No a mně se stala profesí muzika. Vystudoval jsem školu pro nevidomé, vyšší odbornou pedagogickou konzervatoř s nástavbou a pak jsem učil, hlavně na uměleckých školách, klavír a kytaru. Hrál jsem i v kapele, mým šálkem kávy je jazzová muzika.

Maruška: No to je hodně skromné. Ruda s kapelou procestoval kus světa, Skotsko, Dánsko, Švédsko, Švýcarsko a hrál i na festivalu v Sacramentu v Kalifornii. A natočil dvě desky a jedno cédéčko.

Nevidomého muzikanta a učitele si asi každý z nás představit dokáže, ale u té péče o domácnost... Paní Maruško, kuchyně je přece plná „nástrah“ i pro člověka vidoucího – ostré nože, horké plotny, hrnce. Prozradte nám, jak se to dá zvládnout, když ty nástrahy nevidíte?

Maruška: Věřte mi, že mi to přijde naprosto normální. Naopak vaření je moje veliká záliba, sbírám kuchařky a vymýšlím vlastní recepty... A kuchyni mám zkrátka uspořádanou a srovnanou tak, že vím přesně, kam sáhnout.

A co třeba nákupy?

Maruška: S tím právě pomůže pečovatelská služba. A když mi přinesou nákup, srovnají mi potraviny do poliček a do lednice podle přání tak, jak jsem zvyklá. Takže když potřebuju máslo nebo mouku, tak vše je na svém místě. Někdy taky potřebuju přečíst návody nebo pokrájet nějakou zeleninu a podobně, s čímž také pomohou pečovatelské.

Rudolf: Ale jinak tu kuchyni Maruška zvládá skutečně sama. A skvěle.

Působíte jako docela obyčejný a spokojený pár. Máte na to nějaký recept, něco, co byste chtěli vzkázat ostatním?

Rudolf: Žít bez zraku nebo o něj přijít, s sebou samozřejmě nese změnu životního stylu. Ale v žádném případě to neznamená vzdát se všeho, co vás těší, nebo přestat dělat to, co jste dělali. Změní se ten způsob, jak to budete dělat. A hlavně se nesmíte bát, že to nezvládnete.

Jenže právě najít tu odvalu může být někdy těžké.

Rudolf: To ano, ale dnes už mají nevidomí k dispozici spoustu pomůcek a vymožeností, které nám zjednodušují život, pomáhají nám k samostatnosti a v širším slova smyslu ke svobodě.

Maruška: Já jsem třeba velký fanda do počítačů, existují různé specializované programy, čtečky. Nebo se můžeme vrátit do mé kuchyně: váha, která mluví, tepelné senzory na hrnečkách s alarmem, to jsou všechno úžasní pomocníci. Nejsme tedy závislí jen na klasickém slepeckém písmu. Existují i upravené lékařské pomůcky, mluvicí glukometr, teploměr, používáme hlasově ovládaný telefon a máme i takovou „zázračnou“ krabičku, která když se namíří na příjíždějící autobus, tak vám poví číslo toho autobusu. Technika zkrátka pomáhá.

A lidé?

Rudolf: Pomoc lidí, ať už profesionálů z pečovatelské služby, nebo lidí jen tak „na ulici“, je nezastupitelná. A jsou to lidé vesměs dobře naladěni, příjemní a ochotní. To přenáší pohodu i na nás, do našich životů.

Snad proto působíte tak spokojeně. Mnoho elánu a dobré nálady přeje a za rozhovor děkuje redakce.



ŽIVOT 90, PŘÍTEL NA TELEFONU

Neštěstí se stát může. Ale pomoci se dovolat musíte.

Život 90 je humanitární organizace, která od roku 1990 poskytuje služby seniorům a jejich blízkým. Provozujeme jedinou bezplatnou nonstop telefonickou linku důvěry Senior telefon, která ročně vyslechne 12 000 starých lidí v těžké životní situaci. Instalujeme a provozujeme službu tísňové péče s tísňovým tlačítkem, organizujeme vzdělávací a podpůrné aktivity pro seniory v rámci Centra denních služeb a Akademie seniorů, provozujeme odlehčovací pobytové centrum, pečovatelskou službu a proseniorské Divadlo U Valšů.

TLAČÍTKO, KTERÉ OCHRÁNÍ ZDRAVÍ, ŽIVOT I BEZPEČÍ

Stěžejní službou, kterou chceme prezentovat, je projekt s názvem Tlačítko tísňové péče. Stáří či nemoc s sebou přirozeně přináší i růst pocitu ohrožení a nejistoty. Náš projekt přispívá právě k pocitu bezpečí, a umožňuje tak žít soběstačný život s jistotou, že v případě potřeby je pomoc nablízku a že přijde. Technicky se jedná o zařízení, které nosí klient – senior nebo zdravotně postižený člověk – stále při sobě podobně jako náramek, hodinky či klíč, tedy na ruce nebo na krku. V případě krizové situace, kdy se uživateli udělá nevolno, upadne a nemůže vstát, je dezorientován, týrán, okraden nebo potřebuje jinou pomoc, stačí jen zmáchnout tlačítko, které u sebe nosí. Během chvíle je propojen s dispečinkem tísňové péče. Operátorky zjistí, co se stalo, a podle situace zorganizují potřebnou pomoc – zavolají rodině, pošlou výjezdovou službu s klíči od bytu uživatele, zorganizují příjezd záchranné služby, policie nebo hasičů. Domácí verze tísňové péče je chytré zařízení, které obsahuje nejen tlačítko, ale i čidlo pohybu. Stane-li se, že uživatel upadne a nestihne tlačítko použít, čidlo zjistí, že se

v bytě nic nehýbe. Je tak zřejmé, že se něco stalo, a zařízení po nastavené době samo spustí alarm a volá dispečink tísňové péče. Služba tak dokáže zachránit život a vylučuje riziko, že uživatel leží na zemi svého bytu zraněn a bez pomoci i několik dní. Čidlo ale může mít i opačnou funkci – v době své nepřítomnosti v bytě ho uživatelé používají i jako zabezpečovací systém. Uživatel operátorkám nahlásí, že byt opouští a čidlo pohybu přepne na hlídací režim. Pokud do takto zabezpečeného bytu někdo vstoupí, operátorky to zjistí a mohou adekvátně reagovat.

PRAVIDELNÝ KONTAKT S KLIEMEM

Tísňová služba Života 90 nabízí i ojedinělou a uživateli velmi oceňovanou nadstavbu. Tou je pravidelné volání: operátorky dispečinku jednou týdně všechny uživatele obvolávají, a jsou tak s nimi v pravidelném kontaktu. Díky tomu stále sledují a aktualizují informace o stavu klienta, a jsou tak schopny ještě rychleji a efektivněji zorganizovat pomoc.

Mohu si to dovolit?

Měsíční poplatek za používání tlačítka **tísňové péče je 400–550 korun** a liší se podle konkrétního typu sjednané služby. Podrobnější informace o tísňové péči a záchranném tlačítku najdete na webových stránkách www.tisnovapece.cz, nebo můžete i volat na telefonní číslo 601 559 580, a to v pondělí–pátek od 8 do 16 hodin.



ŽIVOT 90
občanské sdružení

KONTAKTY: ŽIVOT 90, O. S. | Karoliny Světlé 18, 110 00 Praha 1
tel.: 222 333 555 | www.zivot90.cz | www.zitdeledoma.cz | www.tisnovapece.cz



DĚTSKÉ CENTRUM PAPRSEK

Pod usměvavým sluncem.

Zařízení pro děti a mladé lidi s kombinovaným postižením nabízející komplexní péči vznikalo za nelehkých podmínek v letech 1991–1994, aby se v dubnu 1994 definitivně osamostatnilo jako příspěvková organizace hlavního města Prahy. Vyrostlo ze společenské potřeby po vzoru mnichovského dětského centra, kde působil kromě mnoha významných odborníků také český lékař, fyzioterapeut a zakladatel reflexní terapie prof. Vojta. U zrodu české obdoby takového centra stál nestor české pedopsychologie prof. Matějček a úřadující ředitel Paprsku, psycholog a univerzitní pedagog PhDr. Jaroslav Šturma. Z jediného střediska pro 20 dětí s postižením se Paprasek rozrostl v průběhu 20 let na organizaci zajišťující sociální služby denního stacionáře a chráněného bydlení, poradenské a terapeutické služby a podporu v oblasti náhradní rodinné péče v šesti střediscích v různých částech Prahy. Aktuálně podporuje téměř 120 uživatelů sociální služby a mnoho dalších dětí, dospívajících, dospělých a rodin v rámci poradenských a terapeutických služeb.

DENNÍ STACIONÁŘ

DC Paprasek – středisko Hloubětín poskytuje sociální službu denní stacionář více než 40 uživatelům s mentálním a kombinovaným postižením ve věku 7–35 let a jejich rodinám. Děti a mladí lidé k nám docházejí od pondělí do pátku v čase od 7.00 do 17.00 hodin. Aktivit, kterým se mohou věnovat, je spousta: pracovní a výtvarné a dílny, muzikoterapie, arteterapie, tanečněpohybová dílna, kavárna, trénink sportů Speciální olympiády, plavání, hipoterapie a canisterapie. Učíme uživatele sociálním a praktickým dovednos-

tem, pěstujeme bylinky, staráme se o zahradu, jezdíme na výstavy, chodíme do divadla. Součástí naší nabídky jsou i sociální poradenství a specializované odborné terapie – Montessori terapie, psychologická, logopedická, speciálně pedagogická péče a fyzioterapie s možností rehabilitace ve vířivé vaně. Tuto nabídku v průběhu roku využívají kromě uživatelů stacionáře i děti, dospívající a rodiny z Prahy 14 a okolí.

ZA SPORTEM, DO PŘÍRODY I DO ŠKOLY

Každoročně jezdíme s uživateli sociální služby na týdenní pobyty v přírodě do různých koutů České republiky. Zapojujeme se do zahraničních projektů v rámci integrace a inkluze v Polsku a Německu. Účastníme se letních i zimních národních her Speciálních olympiád, plavecko-běžeckého poháru pod záštitou Hlavního města Prahy a pořádáme i vlastní sportovní mítinky v boccie a v plavání. Uživatelé školního věku si mohou plnit povinnou školní docházku v ZŠ Bártlova, jejíž detašované pracoviště je součástí areálu Paprasek.



Paprasek je organizace hlavního města Prahy. Městská část Praha 14 podporuje její činnost v grantovém řízení.



MOTÝLEK

Profesionalita, přátelství, pochopení.

Sdružení na pomoc dětem s handicapem, provozující mimo jiné i Komunitní centrum Motýlek, se nám představuje už v modrých stránkách na straně 11. V následující části oranžových stránek se dočteme, že náruč Motýlka je otevřená i dětem zdravotně postiženým. Kromě dříve popsaných aktivit provozuje sdružení i Centrum denních služeb, určené handicapovaným dětem a jejich rodinám, a je dokonce jedinou sociální službou tohoto druhu pro děti s mentálním postižením ve věku od 3 do 18 let.

SNAHA O MAXIMÁLNÍ SOBĚSTAČNOST

Návštěva Centra denních služeb především znamená možnost trávit čas s dalšími a rozvíjet své zájmy a dovednosti v kolektivu. Usilujeme o všestranné začlenění klientů do společnosti tak, aby v dospělosti byli maximálně soběstační a potřebovali tak co nejmenší pomoc svého okolí. Děti individuálně nebo skupinově navštěvují specializované aktivity, kde vždy naleznou potřebnou podporu odborných pracovníků. Pro jejich psychomotorický rozvoj používáme celou řadu specifických metod v rámci canisterapie, muzikoterapie, arteterapie (např. využití keramické dílny), dramaterapie, logopedie. Při plavání dosahují značných pokroků v rozvoji své fyzické kondice, koordinace a motoriky. Ke všem klientům přistupujeme individuálně a máme pochopení pro jejich osobité projevy. Organizujeme i pravidelná setkání svépomocné skupiny, která mají pomáhat zejména rodičům zvládat zejména psychicky velmi náročnou péči o své handicapované děti.



Usilujeme o začlenění klientů do společnosti tak, aby v dospělosti byli maximálně soběstační.



Činnost Motýlku podporuje městská část Praha 14 grantem, poskytuje slevu z nájemného v pronajatých prostorách a bezplatně zapůjčuje vybavení.



**centrum
denních
služeb**

KONTAKTY: SDRUŽENÍ NA POMOC DĚTEM S HANDICAPY, O. S.

Vlčkova 1067, 198 00 Praha 14 | tel.: 281 912 081 | mob.: 777 964 764

www.motylek.org | kontaktní osoba: PhDr. Hana Urbanová - místopředsedkyně sdružení, ředitelka Komunitního centra Motýlek

MOTÝLEK JE JAKO OTEVŘENÁ NÁRUČ



S Erikou Vosáhlovou (39), matkou Mikuláše (11), který se narodil s Downovým syndromem, o zvládnutí vrozeného postižení.

Snad asi každého rodiče zdravého dítěte možná někdy napadne, jak náročná musí být péče o dítě postižené. O odhodlání a odvaze, s kterou to zvládá paní Erika, matka malého Mikuláše, svědčí i fakt, že vystupuje pod celým jménem a ke svému příběhu přidala i fotografie. Povídali jsme si převážně o tom, jak její rodině pomáhá Centrum denních služeb v Motýlku.

Postižení vašeho syna je vrozené. Můžete nám prozradit, jak jste se s tímto faktem vypořádali?

O Downově syndromu jsme se dozvěděli až u porodu. Dodnes si pamatuji detaily rozhovorů a chování lékařů, které nebylo vůbec příjemné. Na jejich doporučení jsme svěřili syna na nějaký čas do péče Kojeneckého ústavu v Krči, protože jsme nevěřili, že bychom péči dokázali zvládnout sami. Získali jsme tak drahocenný čas na přemýšlení. S tím, že dítě není zdravé, jak jsme si představovali, se každý z nás vyrovnával po svém a různě dlouhou dobu. Smíření přicházelo s chvílemi, kdy se nenaplnovaly „strašidelné“ lékařské prognózy.

Kdy se změnilo přesvědčení, že péči nezvládnete?

Asi tři týdny jsme si syna brali domů na víkendy. Pak jsme se ale odhodlali, vzali si ho domů napořád a starali se o něj stejně, jako kdyby byl zdravé miminko. Vlastně nás až překvapilo, že všechno probíhalo obdobně, jen se zpožděním.

Kdy jste začali vyhledávat odbornou pomoc?

Přibližně v deseti měsících synova věku přirozeně uzrála potřeba začít někam chodit. Někam, kde by nás naučili, jakým způsobem syna správně rozvíjet, jaké používat metody, jakých chyb ve výchově se vyvarovat...

Obrátili jsme se na SPC ve Štíbrově ulici a začali využívat jejich služby určené dětem s Downovým syndromem či jiným mentálním postižením.

Jak synův vývoj pokračoval?

Když mu byly dva roky, následovala péče poskytovaná v domácím prostředí, služba Portage. Ta mu do života vnášela „učení“ podle jeho individuálních potřeb. Od tří let pak byl integrován do běžné mateřské školy, byl s pomocí asistentky. Tam vlastně začal chodit i do svého prvního „oficiálního“ kroužku – muzikoterapie. Docházel tam výborný muzikoterapeut, který si syna dokázal získat. Asi i díky němu pokračuje Mikuláš v muzikoterapii úspěšně dodnes.

Proč jste se rozhodla využívat sociální služby?

Během synova dětství jsme se obraceli na různá občanská sdružení. Ta určitě mají v sociálním systému své místo, ale přece jen jsem cítila potřebu mít jistotu, že se synem pracují odborníci, kteří kromě nadšení a touhy pomáhat mají i potřebný teoretický základ.

Péče se statutem „sociální služby“

má pro mne mnohem větší váhu, protože u těchto služeb jsou mimo jiné nastaveny požadavky na jejich kvalitu a existuje i systém dohledu a kontroly. Takovýto systém je pro mne celkově důvěryhodný.

Jak jste se dozvěděla konkrétně o Centru denních služeb v Motýlku, jehož služeb využíváte?

V podstatě nás sem přivedli rodiče jiného chlapce s Downovým syndromem, se kterými jsme se potkali při jiné společné aktivitě, při rekondičním pobytu rodičů s dětmi.

Péče se statutem „sociální služby“ má pro mne mnohem větší váhu.

„Vlastně nás až překvapilo, že všechno probíhalo obdobně, jen se zpožděním,“ říká paní Erika.



Proč jste se rozhodli služby centra využívat?

Vzdělávání dětí s Downovým syndromem vyžaduje systematické vedení, dodržování stále stejných pravidel a především důslednost v pěstování návyků. A také velkou trpělivost, protože úspěchy na sebe nechávají dlouho čekat... Proto je pro mne každodenní péče občas psychicky náročná. Využívání služeb Centra denních služeb v Motýlku mi umožňuje dělit se s pečováním o syna ještě s někým jiným než jen s rodinou, a přitom mám jistotu, že syn ve středu tráví čas smysluplně a prospěšně. To je obrovská úleva. Navíc když víme, že je o syna dobře postaráno, můžeme se sami věnovat jiným věcem a třeba i relaxovat. Motýlek má pro nás otevřenou náruč. Jak pro děti, tak pro nás rodiče.

A v čem vidíte hlavní přínos pro syna?

Splnilo se to, co jsme si pro něj přáli: nejen že se synem pracují profesionálové, ale v Motýlku ho mají upřímně rádi a berou ho jako rovnocennou bytost. Umí v něm nacházet bohatství, které on pak předává lidem kolem sebe. Líbí se mi individuální přístup k dětem, pochopení pro jejich osobité projevy. To jim umožňuje sestavovat individuální plány a ty po čase vyhodnocovat, což proces učení velmi zefektivňuje. Krůček po krůčku zdoláváme další a další stanovené cíle.

Hovořila jste o úspěších, které na sebe rády nechávají čekat. Tak se nám pochlubte...

Pořád to chce spoustu času a trpělivosti, ale o to větší radost pochopitelně máme, když se dostaví výsledky. Mikuláš se například naučil pít z hrnečku, zvládá si správně oblékat ponožky, zapínat zip u bundy nebo říct „ahoj, mámo“ po příchodu ze školy. Samozřejmě že rodičům zdravých dětí to zní jako výčet banalit, ale nám třeba ty ponožky trvaly čtrnáct měsíců. Z každého takového úspěchu se radujeme, ale zároveň si hned musíme stanovit další postupný cíl. Třeba ten zip u bundy.

A uměla byste závěrem pojmenovat ten hlavní cíl, kterého chcete spolu se synem dosáhnout?

Pro nás je ze všeho nejdůležitější naučit ho v co největší míře soběstačnosti v běžných činnostech. Hygiena, stravování, oblékání. A i když to má své limity, tak usilujeme o to, aby žil hodnotný život. Aby si jednou našel adekvátní práci, která ho bude bavit a uspokojovat, aby měl svůj domov a bezpečné zázemí. A aby byl šťastný a spokojený takový, jaký je, a byl tak i přijímán okolím. Jako výjimečný.

Přejeme vám i synovi, aby se to podařilo, a děkujeme za rozhovor.

FARNÍ CHARITA

*Přijďte k nám pro pomoc, pro radu
či si jen popovídat.*

Farní charita Praha 14 je nezisková dobrovolnická organizace, která na sídlišti Černý Most působí již od roku 2010. Je řízená Římskokatolickou farností Kyje, je nedílnou součástí Katolické oázy a územní složkou Arcidiecézní charity Praha. Hlavním impulsem k jejímu založení byla touha vytvořit místo, kde by se nejen konaly bohoslužby či kam mohou zajít maminky s dětmi, ale které by bylo vlídné všem lidem bez rozdílů vyznání či barvy pleti. Tato touha byla tak velká, že překonala prvotní překážky způsobené jak finančními, tak lidskými faktory a s postupem času se z malého komunitního centra stalo centrum s čím dál větší nabídkou aktivit. Dnes je dobře fungujícím centrem a odrazem toho, že jsou tu stále lidé, kteří mají chuť charitu na sídlišti Černý Most udržet a rozvíjet. Farní charita vyvíjí v sociální oblasti činnost zaměřenou na více cílových skupin, proto se s ní v magazínu setkáme dvakrát. V oranžových stránkách nám představuje svůj projekt podpory pečujících osob.

PÉČE O BLIŽNÍHO SI ZASLOUŽÍ ÚCTU

Proč chceme podporovat pečující osoby? Už jen rozhodnutí, že o potřebného budete pečovat v domácím prostředí, je obrovským krokem. Nová situace mění doposud uspořádané životy jak osoby pečující, tak celé rodiny. Pečující osoba ztrácí sociální kontakty, a je tak vlastně sama ohrožena sociálním vyloučením. Podle rozsahu nutné péče může dokonce dojít i ke ztrátě zaměstnání. Na nás je, abychom pečujícím osobám pomáhali po psychické stránce, podporovali je a poskytovali jim důležité informace. Nejde jen o to, dát jim pocit, že tu nejsou samy. Naším cílem je vytvořit fungující vztah, ve kterém budou vědět, že vždy, když bude potřeba, jsme připraveni podat jim pomocnou ruku.

JAK TO DĚLÁME

Odborné přednášky

Pořádáme tematicky zaměřené přednášky, vhodné především pro osoby pečující v domácím prostředí o osobu blízkou. Konají se vždy jednou měsíčně, a to poslední čtvrtek v měsíci, nově od 16.30 do 18.00. Každý přednášející bude mít pro posluchače připravenou tištěnou prezentaci shrnující základní informace z dané přednášky.

Svépomocné skupiny

I tyto skupiny jsou tematicky zaměřené a jejich pravidelná setkání vede klinický psycholog. Konají se také jednou v měsíci, vždy po přednášce, a to od 18.00 do 19.30. Kromě probíraného tématu si zde pečující osoby mohou sdělovat své radosti i starosti s pečováním o osobu blízkou a předávat si zkušenosti.



Poradenství

Nabízíme i individuální poradenství, na které je však třeba se předem objednat. Můžete se s námi domluvit telefonicky, prostřednictvím e-mailu, formuláře na webových stránkách či nás můžete navštívit osobně v naší kanceláři. V rámci poradenství vám Farní charita Praha 14 může poskytnout služby sociálního pracovníka, klinického psychologa, právníka či kněze. Poskytované služby jsou pro pečující osoby zdarma.



Projekt podpory pečujících osob uspěl v grantovém řízení. Katolická oáza sídlí v budově, jež je v majetku městské části, a kde hradí zvýhodněné nájemné. Vybavení bylo zapůjčeno bezplatně.



Pomůžete i vy?

Fungování charity závisí na dotacích, grantech a na nevelkých výnosech z vlastní činnosti, které společně slouží na pokrytí provozních nákladů a na veřejné akce, které pořádáme. Získané finance přispívají ke snížení ceny služeb pro návštěvníky, případně až k tomu, že služby mohou být poskytovány zcela zdarma. Významnou a nepostradatelnou roli ve fungování charity hraje i nefinanční podpora, která

usnadňuje naši činnost, případně umožňuje dále rozšířit naši nabídku služeb. Důležitá je rovněž práce dobrovolníků, jejichž nedostatek pocítujeme zejména při organizacích či přípravách akcí pro širokou veřejnost, jako jsou například Staročeský jarmark nebo Benefiční festival a další. Jakákoliv podpora, ať už od organizací, firem nebo dobrovolníků, je velmi důležitá a dalo by se bez nadsázky říct, že je pro nás existenční nutnost.



KONTAKTY: FARNÍ CHARITA PRAHA 14 | Bobkova 755/34 | 198 00 Praha 14 – Černý Most
tel.: 730 899 903 | e-mail: info@charitakyje.cz | www.charitakyje.cz

OCHOTNÉHO A LIDSKÉHO ČLOVĚKA NIC NENAHRADÍ

S paní Marií (58), která pečuje o syna (19) připoutaného na invalidní vozík, o vzpomínkách a zkušenostech matky s trvalou péčí.

V řadě prezentací v tomto magazínu, i v té předchozí, se hovoří o podpoře pečujících osob, tedy těch, kteří trvale zasvětili svůj život péči o nemocného blízkého. Snad jen málokdo z nás si takovýto způsob zajištění potřebné péče a vlastně i života dokáže vůbec představit. Proto jsme jednu z maminek, která se takto rozhodla, paní Marii, původním povoláním účetní, požádali o rozhovor.

Úvodem chceme především poděkovat za vaši ochotu mluvit s námi o věcech, které vám nemusí být příjemné. Předně kdy a jak jste se vůbec dozvěděla o nemoci svého syna?

Jako starší matka jsem byla podrobena screeningu, který byl povinný již před 20 lety. Navíc jsem měla bratra rovněž postiženého svalovou dystofií, takže genetické testy byly skutečně na místě. V těhotenství se ale zmíněná diagnóza nepotvrdila a narodil se mi zdravý chlapec. Na nemoc upozornila ve čtyřech letech až ztížená koordinace a časté pády. Během dalších vyšetření se ukázalo, že jsem přenašečka chybného genu.

Jak to zasáhlo vaši rodinu?

Jak jsem již zmiňovala, s nemocí jsme se už v rodině potkali, ale přece to byl veliký zásah, především pro manžela. Ale i já sama jsem se dlouho nemohla smířit s tím, že synova nemoc je moje vina. Pořád jsem se obviňovala. Budu proto ráda, když toto mé vyprávění třeba pomůže někomu dalšímu, kdo se potýká s podobnými problémy.

Pamatujete si, co všechno jste musela zařídit?

Je to už hodně dávno, ale samozřejmě jsme museli zařídit vozík, veškeré úpravy bytu, koupit velké auto. Na všechno už si pochopitelně nevzpomínám, ale v živé paměti mám dotazníky, které se přikládaly ke každé žádosti. Byly snad nekonečné a museli jsme v nich uvádět všelijaké podrobnosti, včetně takových hloupostí, že k posouzení naší aktuální finanční situace jsem musela do příslušné kolony vepsat, kolik peněz mám právě v peněžence. Bylo to hloupé a ponižující, navíc jsme mnohdy dokola vyplňovali dotazníky pro ty stejné instituce. Tehdy mne to ničilo, dnes už se na to dívám s odstupem. Díky dotazníkům například znám z paměti spoustu zbytečných údajů, od rodných čísel všech členů rodiny až po čísla pojištění.

A můžete zavzpomínat na někoho, kdo vám pomáhal?

Za celou tu dobu necelých dvaceti let mi pomohlo nespočetně organizací a lidí s dobrým srdcem. Teď si třeba vzpomínám na pana ředitele základní školy, který sehnal peníze a sponzory na zřízení výtahu v budově, kam docházel můj syn.

Jenže než se všechno vyřídilo, můj syn byl v deváté třídě a školu opouštěl. Ale samozřejmě nás těší, že ten výtah dnes usnadňuje život jiným.

Jak jste vůbec získávala informace o možnostech sociálního systému a jiné pomoci?

Ze začátku nebyl internet tak významným zdrojem informací jako teď. Po informacích jsem se musela pít sama, sama jsem musela hledat, kam zajít, kde vystát frontu a jak vyplnit to nepřehledné množství dotazníků. Naštěstí jsem na konci těch front, v kancelářích, našla spoustu ochotných lidí, kteří pomohli, poradili nebo i sami zařídili, co bylo potřeba. Teď je informovanost a přístup k informacím jiná, ale dosud nic nenahradí lidského a ochotného člověka.

Díky vašemu svolení můžeme prozradit i to, že stav vašeho dnes dvacetiletého syna se zhoršuje a nemoc se dostala do terminálního stádia. Dá se vůbec popsat, co společně prožíváte?

Především si užíváme jeden druhého. To, čím jsme prošli a čím procházíme, nás v mnohém rozdělilo, ale v mnohém i stmelilo. Pro mne jako matku je to pochopitelně o to bolestivější. V těch horších chvílích je pro nás neocenitelná pomoc psychologa. Na bolest se zkrátka snažíme nemyslet, nic si nevyčítat a naopak prožít každý den společně. To nám stačí.





CÍRKEV BRATRSKÁ

Spolupráce asistentů a klientů jako důstojný dialog sobě rovných.

Diakonie Církve bratrské je nestátní nezisková organizace s celostátní působností. Jejím zřizovatelem je Církev bratrská a jejím posláním je poskytování sociální a charitativní pomoci potřebným v souladu s křesťanskými hodnotami. Pod křídly diakonie působí tři střediska, a to Bethesda – domov pro seniory, Chráněné bydlení na Xaverově a Centrum Černý Most. Toto středisko, dříve známé pod původním názvem Slunečnice, poskytuje dospělým lidem s tělesným a kombinovaným postižením sociální služby, které podporují jejich zájem o aktivní život, samostatnost a vědomí rovnocenného postavení ve společnosti. Středisko již od roku 2007 poskytuje tři sociální služby – centrum denních služeb, osobní asistenci a chráněné bydlení, které podrobněji představíme v této prezentaci.

CENTRUM DENNÍCH SLUŽEB

Centrum je určeno pro občany s tělesným a kombinovaným postižením a je otevřeno od pondělí do čtvrtka od 9 hodin do 16 hodin. Nabízíme denní programy a aktivity, které lidem se zdravotním postižením umožní pravidelnou tvůrčí a pracovní činnost, sociální kontakt a prostor pro osobní rozvoj. Zabýváme se například arteterapií (malování na hedvábí, malování barvami, pastelkami...) a ergoterapií (korálky, vystřihování, výrobky z vlny...). Naší specialitou je kroužek keramiky, který každé pondělí vede zkušená terapeutka. Úterky jsou literární, středa je určena právě na malování či rukodělnou činnost, čtvrtek nám pěkně utíká při besedách a přednáškách. Někdy si pobyt zpestříme návštěvou výstavy nebo piknikem v přírodě. Do centra dochází pravidelně masér a rovněž je možné si u nás objednat oběd, přivážený denně z jídelny.

OSOBNÍ ASISTENCE

V rámci služby osobní asistenti a asistentky pomáhají všem potřebným lidem překonávat každodenní problémy spojené s běžnými činnostmi, o kterých ostatní vůbec nepřemýšlí. Jenže i najíst se, umýt se, převléct se, to může být ve stáří či nemoci bez pomoci problém. Smyslem služby je takovou pomoc poskytovat a celkově klienty podporovat tak, aby i oni mohli žít aktivní a samostatný život ve svém přirozeném prostředí. Kromě zmíněných úkonů spojených se stravou a hygienou služba pomáhá například i ve zprostředkování kontaktu se společenským a kulturním prostředím a v případě potřeby i s uplatňováním práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.

CHRÁNĚNÉ BYDLENÍ

Chráněné bydlení představuje samostatný způsob života klientů s 24hodinovou podporou osobních asistentů, kteří lidem se zdravotním postižením pomáhají učit se vést domácnost, znát své potřeby, ale i sami se podílet na jejich uspokojování. Služba zahrnuje poskytnutí ubytování, které umožní začlenění do společnosti. Klienti by pak podle své individuální situace postupně měli získat, zlepšovat, případně obnovit si nebo udržet návyky a dovednosti související s péčí o vlastní osobu a domácnost. To zahrnuje například celkovou tvorbu denního režimu, zajištění vlastní medicíny a spolupráce s ošetřujícím lékařem, úklid, hygienu, praní, žehlení, hospodaření s penězi, případně spolupráci s dalšími osobami. Cílem je i celková aktivizace uživatele, podpora při získání a udržování jeho kontaktů se společností a využívání běžných zdrojů, včetně sociálních služeb.



KONTAKTY: Středisko Diakonie Církve bratrské Černý Most | Mansfeldova 801, 198 00
Praha 14 | mob.: 731 430 462 | tel.: 222 957 248 | diakonie@cb.cz | www.cb.cz/diakonie
kontaktní osoba: Zuzana Laitlová, DiS.

OBČANSKÉ SDRUŽENÍ PROSAZ

*Společnost pro sociální
rehabilitaci osob se zdravotním
postižením.*



Nezisková organizace PROSAZ se zaměřuje na poskytování sociálních služeb pro zdravotně postižené, nemocné a seniory, a to na celém území hlavního města Prahy. Poskytujeme služby osobní asistence, domácí péče, pečovatelskou službu, provozujeme výtvarnou dílnu zdravotně postižených. V našem bezbariérovém středisku Líchovy u Sedlčan nabízíme pobyty pro zdravotně postižené a seniory i dětské tábory pro zdravotně postižené. Nezisková organizace PROSAZ byla založena v roce 1991 jako zájmová organizace, která sdružovala především zdravotně postižené z celé republiky. V roce 2001 se činnost organizace podstatně rozšířila o zaměstnávání osob se zdravotním postižením a současně začala poskytovat sociální služby. Od roku 2011 pak poskytuje i služby domácí zdravotní péče. V současné době eviduje PROSAZ přibližně dvě stovky klientů. V prezentaci vám blíže popíšeme zmíněné hlavní služby.

OSOBNÍ ASISTENCE A PEČOVATELSKÁ SLUŽBA

Osobní asistence zajišťuje tělesně postiženým, nemocným a starým lidem pomoc se základní sebeobslouhou, například pomoc při oblékání a svlékání, při přesunu na lůžko, na vozík nebo do vany, pomoc při úkonech osobní hygieny, pomoc s přípravou a podáváním jídla a pití, ale i s úklidem a údržbou domácnosti včetně obstarání nákupů nebo různých pochůzek. Pomoc může být jak dlouhodobá, ale také pouze krátkodobá, například po propuštění z nemocnice nebo jako odlehčovací služba pro pečující příbuzné, kteří potřebují odpočinek nebo dovolenou. Služby poskytují vyškolení asistenti nebo pečovatelé, absolventi kurzu pro pracovníky sociální péče, a lze ji poskytnout klientům od 7 let věku výše. Osobní asisten-

ci poskytujeme od 6.00 do 23.30 hodin, ale lze domluvit dle potřeby i noční službu. Cena služby činí 100 Kč/hod., kdy je započítáván skutečně spotřebovaný čas nezbytný k zajištění úkonu. Zároveň nabízíme i distribuci zdravotnického materiálu, popřípadě léků na poukaz či recept až do domácnosti klienta.

DOMÁCÍ PÉČE

Domácí péče umožňuje léčbu i závažnějších a chronických onemocnění v komfortu domácího prostředí pacienta bez nutnosti hospitalizace. Specializujeme se zejména na klienty s handicapem a klienty na invalidním vozíku a máme s tímto druhem péče rozsáhlé zkušenosti. Kvalifikované zdravotní sestry zajišťují komplexní ošetrovatelskou péči včetně zdravotních výkonů od převazů různého rozsahu až po infuzní terapii. Péče je prováděna na základě indikace lékařem, tzv. na poukaz, a může být hrazena ze zdravotního pojištění klienta. Nepostačuje-li klientovi rozsah zdravotní péče na poukaz lékaře, je možné poskytovat zdravotní péči dle indikace lékaře na základě smlouvy pro samoplátce, za cenu 120 Kč/hod. Službu poskytujeme 24 hodin denně 7 dní v týdnu.



V grantovém řízení jsou podporovány individuální žádosti občanů o příspěvek na osobní asistenci. Blíže informace o možnostech získání grantu najdete na straně 44.



KONTAKTY: PROSAZ, O. S. - Společnost pro sociální rehabilitaci osob se zdravotním postižením
kontaktní adresa: Kodymova 2525, Praha 13 – Stodůlky | tel.: 777 701 805, 251 614 469
www.prosaz.cz | kontaktní osoba: Mgr. Pavla Formánková

NA OSOBNÍ ASISTENCI JE SPOLEHNUTÍ

S paní Eliškou (36) o tom, jak sociální služby pomáhají zvládat postižení získané.

Paní Eliško, v tomto rozhovoru bychom chtěli našim čtenářům přiblížit situaci, kdy postižení přichází až v průběhu života. Můžete nám svěřit váš příběh?

Lidé spíš asi budou znát ty příběhy havárií a úrazů. V mém případě to bylo trochu jiné. Upoutána na vozík jsem po operaci, ten můj stávající stav je důsledkem zhoršující se nemoci. Alternativa takového důsledku tu vždy byla, takže jsem s ní musela počítat. Ale i když jsem věděla, že se něco takového může stát, tak to bylo velmi náročné. Hlavně s ohledem na malého syna, kterého vychovávám sama.

Kdy jste se poprvé v nové situaci setkala se sociálními službami?

Bylo to při vyřizování dávek pro zdravotně postižené, když jsem žádala o příspěvek na péči, příspěvek na auto a příspěvek na mobilitu. V současnosti využívám především služby osobní asistence HEWER a PROSAZ.

Odkud jste se o službách, které využíváte, dozvěděla?

Většinou šlo o doporučení okolí, známých, přátel, něco jsem zjistila z časopisu městské části a pochopitelně taky z internetu.

Jak byste charakterizovala úlohu těchto služeb ve vašem životě?

Teď už jsem na vozíku šest let. A nebojím se říct, že v současné době jsem relativně soběstačná, což je pro mne a asi každého člověka v mé situaci velmi důležité. Zvládám i svou práci fundraiserky. Sociální služby, které využívám, mi pomáhají žít plnohodnotně. Jde hlavně o pomoc se zvládáním domácnosti, s nákupy, zkrátka jde o věci, které se na vozíku dělají obtížně. Taky využívám služeb doprovodu a osobní asistence při akcích, které sama nebo se synem navštěvuji. To nám pomáhá začlenit se do běžné společnosti.

Budeme teď trochu osobnější. Asistenti jsou bezpochyby profesionálové, ale přece jen: zvykla jste si na řekněme „cizí lidi“ ve svém bytě?

Zpočátku tady skutečně mohou hrát roli takové ty obavy a předsudky, koneckonců sami o nich hovoříte. Taková ta obava „z cizích“ lidí, takové to, že „pouze péče rodiny je ta nejlepší“ a podobně. Samozřejmě že pomoc a podpora rodiny je důležitá. Jenže pak si uvědomíte, že i oni přece mají své životy, chodí do práce, mají své koníčky, své plány, a pokud se řekněme „připoutají“ k člověku s postižením, stávají se z nich mnohdy taková „nedobrovolní dobrovolníci“. A to určitě nepřispívá k pocitu důstojné soběstačnosti, který je

*Tak tudy to
nepůjde!*



pro nás opravdu velmi důležitý. Já jsem si v tomhle udělala jasno a profesionální sociální služby jsem využívala hned od začátku. Pomohlo to mně i rodině. Proto se nebojím poradit to i ostatním, pokud se dostanou do podobné situace jako já.

Je něco, co vám na poskytovaných službách vadí?

To není o těch službách. Ty poskytují kvalifikovaní a empatictí lidé, na které je spolehnutí. Štve mě, že mnohdy jsem služby nucena využívat i tam, kde by to nebylo nezbytně nutné. Hlavně jde o špatnou dostupnost některých objektů z hlediska bezbariérovosti. Bylo by jistě příjemnější mít možnost dostat se do nich sama, bez cizí pomoci. Jenže když to nejde, jsem ráda, že se mám na koho spolehnout.

Děkujeme za rozhovor a za inspiraci: na následující straně přinášíme stručný přehled toho, co v oblasti boje s bariérami zatím podnikla Praha 14.

SPOLEČNĚ PŘES BARIÉRY

Na slovíčko s vedoucím sociálního odboru Mgr. Davidem Beňákem.

V minulém rozhovoru jsme narazili na problém bariér, které komplikují život vozíčkářům. Položili jsme tudíž tomu nejpovolnějšímu jednoduchou otázku.

Co dělá Praha 14 pro vozíčkáře?

MČ Praha 14 ve spolupráci s Diakonií Církve bratrské realizovala v letech 2009–2012 projekt mapující místa vyžadující bezbariérovou úpravu a některé úpravy byly následně realizovány. Současně byla vytvořena mapa takzvaných prioritních tras zimní údržby. Jde o cesty do obchodů, na poštu, k MHD či k lékaři, které jsou v zimním období uklizeny přednostně. V roce 2013 byl dále zbudován bezbariérový přístup do ZŠ Generála Janouška a ZŠ Bratří Venclíků. Od roku 2014 je konečně bezbariérově přístupná i budova Úřadu městské části Praha 14 v ulici Bří Venclíků. Pokud jde o individuální podporu, pak vozíčkáři, kteří využívají službu osobní asistence, mohou v rámci grantového programu Příspěvek na zajištění péče služby žádat o přímou finanční podporu. Jen abych předešel zbytečným zklamáním, tak závěrem uvádím, že množství rozdělovaných prostředků je limitované a kritéria náročná.



Městská část Praha 14 realizuje grantový program Příspěvek na zajištění služby.

Kdo může žádat?

- fyzická osoba, která žádá o finanční prostředky na zajištění podporovaných sociálních služeb pro svou osobu
- právnická osoba – organizace, jež vyvíjí činnost v oblasti podporovaných sociálních služeb

Jaké služby jsou podporovány?

- osobní asistence
- chráněné bydlení
- podpora samostatného bydlení
- azylové domy

Dokdy žádost podat?

- Žádosti lze podávat průběžně v době stanovené v podmínkách grantového programu, jsou zveřejňovány na webu MČ.
- Termín podávání žádostí může být každý rok stanoven odlišně.
- V roce 2014 lze žádosti podávat nejpozději do 31. 7. 2014, nebudou-li vyčleněné prostředky vyčerpány dříve.

Jak žádost podat?

- Žádosti lze podávat jen na formulářích vydaných městskou částí Praha 14 zveřejněných na webu MČ.
- S vyplněním žádosti vám může pomoci referent Odboru sociálních věcí a zdravotnictví ÚMČ v úředních hodinách ÚMČ.

Co mohou očekávat?

- Žádosti jsou přijímány průběžně, ale rozhoduje se o nich vždy současně, přibližně v intervalu 2–3 měsíců.
- Přiznání a výše jednotlivé podpory je vždy posuzována individuálně a ovlivňuje ji mnoho faktorů, které jsou uvedeny v podmínkách programu.
- Maximální podpora jednotlivé žádosti činí maximálně 50 tis. Kč, skutečně přiznaná podpora pro žádosti fyzických osob se v uplynulém období pohybovala v rozmezí 10–15 tis. Kč.



REHAFIT

Pomoc na cestě zpět do běžného života.

Rehabilitační centrum REHAFIT nabízí své služby všem tělesně postiženým a seniorům. Specifikou centra je neomezený počet návštěv bez čekacích lhůt. Naše služby se snažíme zpřístupnit co největšímu počtu těžce tělesně postižených klientů, jsme navazující ambulantní péči po rehabilitačních ústavech či pobytech. Klienti dochází dle svých potřeb a možností, mnozí již několik let. Rehabilitační centrum pro tělesně postižené vzniklo v lednu 2009 jako další počín jeho stávající ředitelky Mgr. Pavlína Zvelebilové na poli práce s tělesně postiženými. Hlavní myšlenkou bylo právě zvýšit dostupnost, kvalitu i komfort rehabilitační péče.

INDIVIDUÁLNÍ PŘÍSTUP

Specializujeme se na individuální fyzioterapii v kombinaci s tradiční čínskou medicínou, každému klientovi se věnujeme minimálně jednu hodinu. Jako doplňkové služby poskytujeme masáže, psychoterapeutické konzultace, jógové terapie a možnost cvičení v posilovně na strojích speciálně upravených pro vozíčkáře. Součástí je i tělocvična, která slouží ke skupinovému cvičení či společnému setkávání a pořádání seminářů. K vybavení patří i vertikalizační stojany či motomed. Každý klient projde vstupním vyšetřením a je mu sestaven individuální program s ohledem na jeho potřeby a postižení. Kontinuální rehabilitace je nezbytnou součástí života každého tělesně postiženého člověka. Při pravidelném cvičení je možné dosáhnout úžasných a mnohdy překvapivých výsledků, zlepšit sebeobsluhu, tělesnou i psychickou kondici a následně se zařadit zpátky do běžného života.

*Webový portál pro seniory,
www.toulatse.cz*

REHAFIT připravuje webový portál zaměřený na početnou a stále se rozrůstající skupinu seniorů. **Chceme vytvořit specializovaný internetový vyhledavač, který by podle místa bydliště nebo aktuální polohy návštěvníka vyhledal konkrétní poptávanou službu.** Smyslem vyhledavače je konkurovat zavedeným vyhledávačům, které však při zadání klíčového slova vyhledají všechny odkazy obsahující klíčové slovo, což může být nepřehledné. Senior, který není zbyhlým uživatelem internetu nebo již má zhoršenou orientaci, se v záplavě těchto informací ztrácí a vyhledavač mu paradoxně nepomáhá najít, co hledá. Stárnutí s sebou přirozeně přináší nárůst obav, včetně obav z neznámého. Nový portál má proto rovněž ambici stát se garantem kvality nabízených služeb. To na straně jedné uživatelům zajistí ověřenou kvalitu a na straně druhé poskytovatelům jistou exkluzivitu, která spolu s předpokládaným nárůstem návštěvnosti webu umožní nabízet služby za zajímavé ceny. Portál bude rozdělen na dvě části, vyhledavač a klubovou část pro členy, kteří budou čerpat výhody. Věříme, že bezpečné prostředí pro pořízení seniorům potřebných služeb je zároveň účinnou prevencí proti tzv. „šmejdům“, tedy agresivním prodejcům zbytečností, zneužívajícím právě zejména seniory. Spuštění portálu se předpokládá v létě 2014.



KONTAKTY: REHAFIT, O. S., Rehabilitační centrum REHAFIT | Generála Janouška 902, 198 00 Praha 9 | tel.: +420 602 692 868 | www.rehafit.cz
Mgr. Pavlína Zvelebilová, ředitelka

HLAVNĚ NÁM NEŘÍKEJTE, ŽE JSME INVALIDÉ

S Mgr. Jaroslavou Frankovou, předsedkyní Pražské organizace vozíčkářů o..., vlastně o vozíčkářích.

Paní předsedkyně, asi nejsme jediní, koho zaráží, že si sami říkáte „vozíčkáři“. Ten termín je přece jen...

No vidíte. Jaký vlastně je? Kolem toho slova panuje taková zvláštní nálada. Jenže jak si máme říkat? Legislativa zná vypovídající termín „osoby s omezenou schopností pohybu“, což je správné, důstojné, ale poněkud krkolomné. Je pravda, že termín „vozíčkář“ byl dříve považován za nevhodný, nebo snad dokonce urážlivý. Ale to se postupem času změnilo, dnes už to každopádně nikoho nehaní. Jistě každý vozíčkář zaslechne raději větu „Ten chlap má ale pěknou bundu!“ než „Ten vozíčkář má pěknou bundu!“ ale i tak by to ve většině vozíčkářů nevyvolalo nevoli. Hlavně nám neříkejte, že jsme invalidé.

Byť to asi bude znít hloupě, ale jak se vlastně člověk stane vozíčkářem?

Tak, že nejtěžší formy tělesného postižení s sebou nesou potřebu zajistit si takzvanou kompenzační pomůcku pro pohyb, která už podle názvu má kompenzovat to postižení, a to je tedy nejčastěji vozík. Buď mechanický, nebo elektrický. Ono ale není vozíčkář jako vozíčkář. Některá tělesná postižení jsou vrozená, například postižení způsobené dětskou mozkovou obrnou, různými druhy dystrofií, mozkovými příhodami a jinými onemocněními. Nebo může jít o postižení takzvaně získané, úrazem či v důsledku nehody, při které dojde buď k přerušení či stlačení míchy, nebo k jiné poruše funkcí opěrného a pohybového aparátu, případně k oddělení některé končetiny.

Většina nás laiků si asi řekne: ten člověk je zkrátka na vozíku. Ale dá se hovořit i o nějakých stupních postižení?

Určitě. Rozsah a příčina toho tělesného postižení, o kterém jsme mluvili, bývají různé a současně ono určuje, jak dalece bude mít jeho nositel zachovány schopnosti pohybu. A tím také to, v jaké míře bude potřebovat v běžných denních úkonech pomoc druhé osoby. Některí vozíčkáři jsou relativně soběstační a jedině, co k plnohodnotnému životu potřebují, je funkční sociální systém a vhodné životní podmínky, které ho nebudou limitovat bariérami. Jiní vozíčkáři se bez dopomoci druhé osoby neobejdou.

Je lepší pobyt doma, nebo spíše v nějakém typu zařízení?

Na takovou otázku v podstatě neexistuje správná odpověď. Ono je to velmi individuální a vstupuje do toho spousta faktorů, včetně psychiky toho každého. Důležité je, aby

sociální systém přinášel nabídku možností, ze kterých si klienti budou moci sami vybrat. Někteří totiž vítají možnost žít s komunitou lidí, kteří se potýkají se stejnými nebo podobnými problémy, společné soužití jim vyhovuje, zajišťuje jim sociální kontakty i potřebnou zdravotní péči. Jiní zase upřednostňují život ve svém domově, v soukromí, s rodinou nebo sami a péči o svoji osobu si raději zajistí za pomoci osobních asistentů nebo podpůrných služeb. Důležité je mít tu možnost volby a mít šanci zaříditi si život podle vlastních potřeb i představ.

Vozíčkářku z Prahy 14, paní Elišku, se kterou jsme si povídali před vámi, štvou bariéry.

Jak to vnímáte vy?

Nejen pro paní Elišku, ale pro všechny vozíčkáře je vhodné životní prostředí podmínkou pro plnohodnotné zapojení se do života společnosti. Architektonické bariéry jsou nepříjemným limitem a problémem, se kterým vozíčkáři denně bojují. Chybějící nájezdy na chodníky a špatná kvalita jejich povrchů, zúžené průjezdy v důsledku špatně zaparkovaných aut a jiných překážek, chybějící nebo špatně řešené přechody, bariérové zastávky hromadné dopravy, nepřístupné budovy, bariérové dopravní prostředky – to jsou překážky, které vozíčkářům a lidem s pohybovým omezením obecně ztěžují život. A mnohdy zbytečně.

Odstraňování bariér je však poměrně finančně náročné...

To bezesporu je. Ale musíme vzít v úvahu, že tady nejde jen o uspokojení potřeb malé skupiny vozíčkářů. Bráno jen selským rozumem: bezbariérovost přece usnadňuje pohyb i lidem s dočasným pohybovým handicapem, rodičům s dětmi v kočárku a v neposlední řadě seniorům, kterých přibývá.

Vaše sdružení je nestátní neziskovou organizací. Můžete z pohledu jedné z nich definovat svou představu o jejich úloze v systému sociální péče?

Neziskové organizace obecně, alespoň ty opravdu fungující, nemají dávno pouze spolkový punc. To, že znají potřeby svých cílových skupin lépe než státní instituce, vedlo postupem času k tomu, že do popředí zájmu se v činnostech neziskovek dostaly služby klientům, které jsou poskytovány na profesionální úrovni a které suplují v určité míře služby, jež by měl zajistit stát. Ten na ně v některých případech formou dotací přispívá, ale rozhodně ne v dostačující míře.

V poslední době se hodně hovoří o dopadu fenoménu internetu a sociálních sítí na náš životní styl.

Mají moderní komunikační technologie nějaký dopad i na život vozíčkářů?

Moderní technologie pochopitelně vstoupily i do života vozíčkářů, jsme už dneska také jak se říká „on-line“. Existují specializované webové informační portály zaměřené na jednotlivé zájmové okruhy, například bariéry, transformace sociálních služeb, sport a podobně. Objevují se už i specializované mobilní aplikace. Moderní technologie umožňují rychlou distribuci informací, které mohou člověku s postižením ulehčit život, třeba tak, že si mohou naplánovat volný čas, mohou se on-line vzdělávat, nebo prostřednictvím sociálních sítí, které to mají přímo v názvu, získávat a udržovat kontakty.

Dovolte nám být závěrem trochu osobnější. Sama na vozíčku nejste, přesto se s vozíčkáři identifikujete natolik, že hovoříte o „nás“ vozíčkářích. Dokonce jste v úvodu bezděčně řekla „neříkejte nám, že jsme invalidé“...

To nejsme. Víte, v češtině slovo „invalida“ vlastně znamená „neschopný člověk“. A já si neskromně myslím, že my, Pražští vozíčkáři, ať už s malým či velkým „p“, ať už s vozíčkem nebo bez něj, neschopní lidé nejsme.

Pražští vozíčkáři

Pražská organizace vozíčkářů byla založena z iniciativy samotných vozíčkářů a jejich blízkých v roce 1991. Svými projekty, prací a postojem usiluje o vytvoření sociálně příznivého prostředí, ve kterém bude moci každý člověk s postižením svobodně rozhodovat o svém životě a o způsobu zajištění svých základních životních potřeb.

NAŠE SLUŽBY JSOU ROZDĚLENY DO TŘÍ OBLASTÍ:

- odborné sociální poradenství,
- program Přes bariéry,
- vzdělávací a volnočasové akce.

Většinu našich služeb může využívat kdokoli, kdo je potřebuje, bez ohledu na členství v organizaci. Produktem, který slouží široké veřejnosti, jsou například specializované webové stránky www.presbariery.cz, které se komplexně věnují problematice přístupnosti prostředí.





Anca Covrigova, M.A.

vedoucí pobočky ICP na Praze 14
CEO of ICP, Prague 14
керівник філії ІЦП у Празі 14
руководитель филиала ICP
в Праге 14

Okénko patrona

Vážení čtenáři,

zelené stránky našeho magazínu jsou určeny především vám všem, kteří jste k nám, na Prahu 14, přišli z různých koutů světa a dnes tu žijete s námi. Ale také všem vašim kamarádům, přátelům a známým. A rovněž „starousedlíkům“. Pro vás, sousedy z jiných zemí, jsou určeny především praktické informace. Přinášíme je v jazycích, kterými se kromě češtiny u nás na Praze 14 nejvíce hovoří. Stručné prezentace by zase měly problémy cizinců přiblížit právě „starousedlíkům“, případně pomoci těm z vás, kdo umí česky. Pro ostatní jsme je ve čtyřech jazycích shrnuli do jedné věty.

Anca Covrigova, M.A., vedoucí pobočky ICP na Praze 14

Foreword



Dear readers,

The green pages of our magazine are dedicated mainly to those of you, who came to live in Prague 14 from various parts of the world. They are also dedicated to your friends, family and colleagues, as well as to old residents of Prague 14. Those coming from abroad will be provided mainly with practical information, in languages (apart from Czech) that are here mostly used. The pages will also contain short presentations of issues foreigners deal with most often. They should be helpful those of you, who speak Czech, as well as provide the old residents with insight of situations you go through as foreigners. These presentations are also summarized in 4 languages for those, who do not master Czech just yet.

Anca Covrigova, M.A., CEO of ICP, Prague 14

Опція покровителя



Шановні читачі,

зелені сторінки нашого журналу призначені, всім вам, які проживають на Празі 14, ви прийшли з різних куточків світу, і на сьогоднішній день ви живете з нами. Також це призначено всім вашим друзям та знайомим. Для вас, призначена ця практична інформація. Ми переводимо на мови крім чеського, на яких у нас на Празі 14 найбільш кажуть. Коротка презентація, в свою чергу, були проблеми іноземців наблизитися тільки „сторожилцям“, можливо, допомогти тим з вас, хто вміє по-чеськи. Для інших ми на чотирьох мовах таким чином в одному реченні. Анка Ковригова, керівник філії ІЦП у Празі 14.

Giới thiệu



Bạn đọc thân mến,

trang giấy xanh của tạp chí của chúng tôi được dành cho tất cả các bạn, những người đến từ khắp nơi trên thế giới và hiện đang sinh sống cùng chúng tôi tại Praha 14, đồng thời cũng được dành cho những người quen, bạn bè, họ hàng gần xa của các bạn và cả những công dân đã sống lâu năm tại đây. Trong đó các bạn sẽ được cung cấp các thông tin bổ ích. Ngoài tiếng Séc, ngôn ngữ được dùng phổ biến nhất tại đây, chúng tôi sẽ phiên dịch các bài viết trong 4 ngôn ngữ khác. Những bài thuyết trình ngắn gọn sẽ giúp những công dân nơi đây hiểu rõ hơn về các vấn đề của người ngoại quốc. Ngoài ra chúng tôi sẽ tóm tắt các vấn đề đó trong 4 thứ tiếng khác nhau cho những người không biết tiếng.

Anca Covrigova, M.A., ICP, Praha 14

Опція покровителя



Уважаемые читатели,

зеленые страницы нашего журнала предназначены, всем вам, проживающим на Праге 14, вы пришли из разных уголков мира, и на сегодняшний день вы живете с нами. Также это предназначено всем вашим друзьям и знакомым. Для вас, предназначена эта практическая информация. Мы переводим на языки кроме чешского, на которых у нас на Праге 14 наиболее говорят. Краткая презентация, в свою очередь, были проблемы иностранцев приблизиться только „сторожилам“, возможно, помочь тем из вас, кто умеет по-чешски. Для других мы на четырех языках таким образом в одном предложении.

Anca Covrigová, M. A.,
руководитель филиала ICP в Праге 14.

ORGANIZACE PRO POMOC UPRCHLÍKŮM

Dvacet let na straně lidských práv a proti extremismu.

Organizace pro pomoc uprchlíkům (OPU) již dvacet let pomáhá uprchlíkům a cizincům v České republice. OPU je nevládní a nezisková organizace, která bezplatně poskytuje právní a sociální poradenství svým klientům a pořádá vzdělávací aktivity pro laickou i odbornou veřejnost. OPU podporuje lidská práva, staví se proti extremismu a je zapojena do projektů zahraniční rozvojové spolupráce. Obracet se na nás mohou cizinci jakéhokoliv věku se všemi typy pobytů ze zemí Evropské unie i mimo EU a jejich rodinní příslušníci, žadatelé o mezinárodní ochranu, azyloví, držitelé doplňkové ochrany a jejich rodinní příslušníci. Všechny služby jsou poskytovány bezplatně.

POMOC V KAŽDÉ SITUACI

OPU nabízí především právní a sociální poradenství v situacích, které mohou cizince potkat. Pomůžeme se sepsáním podání a vyplněním formulářových žádostí, ale můžeme nabídnout i přímé zastupování ve všech otázkách týkajících se života uprchlíků. Zejména jde o pomoc v řízení o udělení mezinárodní ochrany, pobytové otázky spojené se zajištěním víza či dlouhodobého a trvalého pobytu a jejich prodloužení, pomoc v otázkách správního vyhoštění a občanství. Pomůžeme i v oblasti sociálního zabezpečení a zaměstnanosti, kdy nabízíme především získání základní orientace v systému, podporu při vyřizování sociálních dávek, informace o možnostech legálního zaměstnávání a pomoc při vyhledávání zaměstnání. Ve věcech školství a vzdělávání nabízíme pomoc při uznávání zahraničních diplomů, asistenci při hledání škol a máme i vlastní nabídku vzdělávacích kurzů. V rámci zdravotní péče pomůžeme s výběrem zdravotního pojištění, případně s vyhledáváním konkrétního lékaře. Poskytujeme informace o trhu s byty a pomáháme se zajištěním bydlení. Podporu nabízíme i v dalších životních situacích, jako je narození dítěte či uzavření manželství, a zajišťujeme i základní dluhové poradenství, včetně poradenství ve věcech exekucí. Rovněž je u nás možné získat informace z oblasti kulturněpolitické, včetně možnosti seznámení se s našimi tradicemi. Doplňkové služby, jako jsou jazykové kurzy, rekvalifikační kurzy, individuální příspěvky na vzdělávací a zájmové aktivity a další, jsou závislé na aktuálních projektech, které organizace realizuje. V případě vašeho zájmu je možné zprostředkovat kontakt i s našimi dobrovolníky. Ti vám mohou pomoci například se zlepšením jazykových dovedností, s orientací v české společnosti, případně s vámi mohou navštěvovat různé kulturní či sportovní akce.

DŮM NA PŮL CESTY

OPU nabízí i sociální službu Dům na půl cesty, která je poskytována zpravidla na dobu 12 měsíců mladým cizincům od 18 do 26 let splňujícím stanovená kritéria. Službu mohou využít klienti, kteří před dosažením zletilosti byli zařazeni do kategorie „nezletilý bez doprovodu“, mají vyřešenou pobytovou otázku a současně jsou zaměstnaní nebo zaměstnaní aktivně hledají. Během pobytu v Domě jsou s mladými cizinci cvičeny jejich sociální dovednosti spojené s péčí o vlastní osobu (vaření, úklid, praní), a to prostřednictvím aktivního podílení se na chodu domácnosti. Cílem je rovněž naučit klienty hospodařit s vydělanými penězi, organizovat si čas a komunikovat s úřady. V přiměřené době před očekávaným ukončením pobytu je klientům poskytnuta pomoc s nalezením následného vhodného ubytování.



ORGANIZACE PRO POMOC UPRCHLÍKŮM, O. S.

Kovářská 939/4, Libeň, 190 00 Praha

Sociální oddělení: +420 730 158 779

Právní oddělení: +420 730 158 781

Kontaktní osoba: Mgr. Tomáš Knězek

www.opu.cz

OPU: help in all situations. Including issues regarding your stay in the Czech republic"

„Інтеграційний центр: безкоштовні соціальні та юридичні“

„Tổ chức dành cho người tị nạn“: sự trợ giúp trong mọi tình huống, bao gồm cả những vấn đề về cư trú.

„Организация по делам беженцев: стараемся помочь вам в любой ситуации. И в вопросах пребывания.“



SOCIAL SERVICES FOR FOREIGNERS IN PRAGUE 14

There are several organizations that offer social services for foreigners living in Prague 14. You can find the contacts in their presentations. The range of services may vary according to the offer of each organization.

What is in offer?

- Counseling in all important life aspects: housing, work, health care and insurance, education, social welfare, distraintment (exekuce) and debts.
- Practical assistance while filling in forms, or communicating with offices.

What is the procedure?

- Contact the organization - by e-mail or by phone.
- Shortly describe the situation you deal with, arrange a meeting.
- Arrive for the meeting in agreed day and time, and bring along all the necessary documents

In what language can we communicate?

- The staff in the organizations usually speak both Czech and English
- If you do not master Czech, neither English, you can ask the organization to provide you with an interpreter

What you should not expect?

- The people in the organization will not solve the problem instead of you. However, they will provide you with necessary assistance and support
- Usually, one visit will not solve everything. It is possible, that you would have to meet several times
- There are situations that they are not able to solve. If it will be the case, they will advise you, to whom to turn to.

Do not rely on intermediaries, they might provide you with wrong information!

All services are free of charge!



СОЦІАЛЬНІ СЛУЖБИ ДЛЯ ІНОЗЕМЦІВ, ЯКІ ПРОЖИВАЮТЬ У ПРАЗІ 14.

Соціальні послуги допоможуть іноземцям, які живуть у Празі 14 запропонувати одразу кілька організацій. Контактну інформацію ви знайдете в презентаціях даних. Спектр надаваних послуг може мінятися залежно від пропозиції конкретної організації.

Які послуги надаються?

- Консультації у всіх важливих сферах життя: житло, працевлаштування, охорона здоров'я і медичне страхування, освіта, соціальне забезпечення, ексекучія, борги.
- Практична допомога з заповненням різних видів форм, можливо супровід на міську частину

Як зареєструватися?

- Зв'язатися із співробітником, бажано по електронній пошті або по телефону
- Коротко описати ситуацію, в якій ви перебуваєте, можливо, домовитися про зустріч
- З'явитися в домовлений термін і з необхідними документами

Як домовитися?

- Співробітники в основному говорять по-чеськи і по-англійськи.
- Якщо ви не розумієте дані мови, можна за попередньою домовленістю, надати вам перекладача.

Що не можна очікувати?

- Вашу ситуацію за вас ми не вирішимо, однак, практичну допомогу та підтримку надамо.
- „Рим будувався не за один день“, так говорять у нас. Вашу ситуацію, проблему, ми не подолаємо відразу при першому відвідуванні.
- Ми всього лише люди, і не знаємо всього. Але ми порадимо вам, куди звернутися.

Не покладайтеся на посередника, ви можете отримати невірну інформацію!

Всі соціальні послуги надаються безкоштовно!



INTEGRAČNÍ CENTRUM PRAHA, POBOČKA PRAHA 14

Je důležité lépe vzájemně poznat své zvyky a kultury.

Integrační centrum Praha, o. p. s., působí v oblasti integrace cizinců z třetích zemí, tj. mimo EU, na území hl. m. Prahy a ve spolupráci s partnerskými neziskovými organizacemi realizuje projekt Integračního centra Praha (ICP). Cílem ICP je podpora integrace migrantů do majoritní společnosti na lokální úrovni. Bezplatně, přesto kvalitně a profesionálně, nabízí sociální a právní poradenství, kurzy českého jazyka, kurzy sociokulturní orientace, školení odborníků a komunitní a kulturní akce. ICP má celkem 6 kontaktních míst – Komunitní a informační centrum (KaIC) v Žitné 1574/51 – Praha 1, dále čtyři pobočky umístěné na partnerských městských částech Prahy 4, 12, 13 a 14 a kancelář v tržnici SAPA v Praze-Libuši.

VŠESTRANNÁ ČINNOST...

Pobočka ICP na Praze 14 ve spolupráci s Organizací pro pomoc uprchlíkům nabízí sociální a právní poradenství. Od října 2013 realizujeme v komunitním centru Plechárna kurz českého jazyka pro začátečníky. Větší počet jazykových kurzů s možností hlídání dětí pro rodiče migranty pak nabízí KaIC. Zajímavé jsou komunitní a kulturní akce, které pobočka organizuje převážně na území MČ Praha 14. Od listopadu 2013 běží série „Příště u vás... s ICP“, která si klade za cíl vytvoření příjemného prostoru k tomu, aby se obyvatelé Prahy 14 navzájem lépe poznali se svými spoluobčany z řad migrantů. V neposlední řadě je ICP místem, kde lze najít aktuální informace související s životem migrantů v ČR. Hlavně nově příchozí migranti, kteří se ve fungování úřadů a systému ještě neorientují, mohou v ICP najít užitečnou podporu. Obrátit se na nás mohou i občané ČR, kteří mají rodinné příslušníky nebo přátele či kamarády z řad státních příslušníků třetích zemí.

...VŠESTRANNÁ POMOC

ICP svým klientům pomáhá s vyřízením záležitostí spadajících do řady oblastí: ať už jde o záležitosti rezortu sociálních věcí, například vyřízení dávek státní sociální podpory či dávek sociální péče a hmotné nouze, pomoc při hledání zaměstnání či bydlení, anebo o záležitosti rezortu zdravotnictví, konkrétně zajištění zdravotního pojištění a zdravotní péče, či rezortu školství, kam spadají otázky vyhledání školky či školy, zápisu, případně nostrifikací vzdělání ze zahraničí. Samozřejmostí je pomoc při orientaci v oblasti pobytové legislativy, včetně pomoci s žádostmi o pobyt a jejich prodlužování, případně pomáháme i v získávání českého státního občanství.



INTEGRAČNÍ CENTRUM PRAHA, O. P. S.

Bří Venclíků 1072/6
(budova ÚMČ Praha 14, místnost 525)
tel: +420 775 553 188

www.icpraha.com, www.facebook.com/ICPraha
kontaktní osoba: Anca Covrigová, M.A.
(vedoucí pobočky Praha 14)
e-mail: paha14@icpraha.com

“Integrační centrum Praha: free social and legal counseling”

„Интеграционный центр: бесплатные социальные и юридические консультации“

Integrační centrum Praha: tư vấn pháp lý và xã hội miễn phí

„Інтеграційний центр: безкоштовні соціальні та юридичні консультації“



CÁC DỊCH VỤ XÃ HỘI CHO NGƯỜI NƯỚC NGOÀI SINH SỐNG TẠI PRAHA 14

Các dịch vụ xã hội cho người nước ngoài sống tại Praha 14 được cung cấp bởi một số tổ chức mà các bạn có thể tìm thấy trên trang giới thiệu những tổ chức. Phạm vi của các dịch vụ được cung cấp sẽ tùy theo từng tổ chức.

Những loại dịch vụ nào được cung cấp?

- Tư vấn trong tất cả các lĩnh vực quan trọng của cuộc sống: nhà, việc làm, chăm sóc sức khỏe và bảo hiểm y tế, giáo dục, phúc lợi xã hội, nợ nần.
- Giúp đỡ điền tờ đơn các loại, hoặc cung cấp những sự trợ giúp trong các s và ủy ban nếu cần.

Các bước tiến hành thế nào?

- Liên hệ với các tổ chức cung cấp dịch vụ, tốt nhất là qua e-mail hoặc điện thoại.
- Mô tả ngắn gọn tình huống, hoàn cảnh của bạn và có thể thực hiện cuộc hẹn nếu cần thiết.
- Đến địa điểm hẹn vào đúng giờ kèm theo giấy tờ liên quan.

Giao tiếp thế nào?

- Nhân viên của các tổ chức thường nói Séc và tiếng Anh.
- Trong trường hợp bạn không nói được một trong hai thứ tiếng trên, chúng tôi có thể giúp bạn tìm phiên dịch viên nếu mọi việc được thỏa thuận và thông báo trước.

Tôi có thể mong đợi những gì?

- Chúng tôi sẽ không giải quyết thay các bạn mọi việc mà chỉ đưa ra những sự trợ giúp và cung cấp các thông tin cần thiết
- Chúng tôi có câu nói “ không thể xây thành Rome chỉ trong vòng 1 ngày “. Vấn đề và khúc mắc của bạn có thể sẽ không được giải quyết chỉ sau cuộc hẹn đầu tiên.
- Chúng tôi cũng chỉ là con người và không thể biết được hết mọi thứ, nhưng chúng tôi sẽ tìm hộ các bạn những sự chợ giúp tốt nhất.

Phần lớn các dịch vụ xã hội đều được cung cấp miễn phí! Các bạn đừng quá phụ thuộc vào những dịch vụ trung gian, rất có thể các bạn sẽ nhận được những thông tin thiếu chính xác!



СОЦИАЛЬНЫЕ СЛУЖБЫ ДЛЯ ИНОСТРАНЦЕВ, КОТОРЫЕ ПРОЖИВАЮТ НА ПРАГЕ 14

Социальные услуги могут иностранцам, живущим на Праге 14, предложить сразу несколько организаций. Контактную информацию вы найдете в презентациях данных организаций. Спектр предоставляемых услуг может варьироваться в зависимости от предложения конкретной организации.

Какие услуги предоставляются?

- Консультации во всех важных сферах жизни: жилье, трудоустройство, здравоохранение и медицинское страхование, образование, социальное обеспечение, исполнения и т.д.
- Практическая помощь с заполнением различных видов форм, возможно сопровождение в офис

Как зарегистрироваться?

- Связаться с сотрудником, желательно по электронной почте или по телефону
- Кратко описать ситуацию, в которой вы находитесь, возможно, договориться о встрече
- Явиться в договоренный термин и с необходимыми документами

Как договориться?

- Сотрудники в основном говорят по-чешски и по-английски.
- Если вы не понимаете данные языки, можно по предварительной договоренности, предоставить вам переводчика.

Что нельзя ожидать?

- Вашу ситуацию за вас мы не решим, однако, практическую помощь и поддержку предоставим.
- „Рим строился не за один день“, так говорят у нас. Вашу ситуацию, проблему, мы не преодолеем сразу при первом посещении.
- Мы всего лишь люди, и не знаем всего. Но мы посоветуем вам, куда обратиться.

Не полагайтесь на посредника, вы можете получить неверную информацию! Все социальные услуги предоставляются бесплатно!



Не полагайтесь на посредника, вы можете получить неверную информацию!



FARNÍ CHARITA PRAHA 14

Přijďte k nám pro pomoc, pro radu či si jen popovídat.

Aktivity Farní charity se dotýkají i sféry sociálních služeb zaměřených na naše sousedy pocházející ze zahraničí. V zelených stránkách nás proto nyní Farní charita seznámí se svým příspěvkem na poli integrace cizinců do naší komunity.

PROJEKT NÁVAZNÝCH SLUŽEB PRO CIZINCE ZE TŘETÍCH ZEMÍ

Projekt je stěžejním počinem Farní charity Prahy 14 na poli práce s cizinci, které se věnujeme již od roku 2010. Za tuto dobu se nám podařilo získat mnoho cenných zkušeností. Projekt je zaměřen především na výuku českého jazyka, ale poskytuje také služby Job poradny a současně otevírá cizincům možnosti zapojení se do majoritní společnosti ve volnočasových aktivitách. V rámci výuky českého jazyka jsme se rozhodli v letošním roce otevřít kurzy ve dvou základních stupních a speciální stupeň pro děti. K zařazení výuky českého jazyka pro děti jsme

přistoupili v reakci na silnou poptávku ze strany rodičů navštěvujících kurzy pro dospělé. Tě jsme vyšli vstříc, protože děti jsou výrazným podnětem k zapojení rodičů do společenského života v komunitě, a proto také budeme v roce 2014 pokračovat v organizaci volnočasových aktivit, jakými jsou kupř. Velikonoční odpoledne, Dětský den, Drakiáda, Adventní či Vánoční workshop, Mikuláš či kreativní dílničky. Zájem cizinců o nalezení práce, která by odpovídala jejich vzdělání v domovské vlasti, se v poslední době zvyšuje. Po překonání jazykových bariér však vyvstává problém neschopnosti se orientovat na trhu práce. V těchto a podobných případech chceme podpořit cizince v rámci naší Job poradny, která nabízí možnosti osvojení si dovedností směřujících k usnadnění vstupu na trh práce prostřednictvím cíleně zaměřených aktivit od zpracování profesního strukturovaného životopisu až k rozpoznání podvodných nabídek.

Kontakt: www.charitakyje.cz, e-mail: info@charitakyje.cz



“Farní Charita: Czech language courses, assistance while searching for a job”

„Фарні благодійність: вивчення чеської мови і допомоги в пошуку роботи“.

Farní charita: Các lớp tiếng Séc và giúp đỡ tìm việc làm

„Фарни благотворительность: изучение чешского языка и помощь в поиске работы“.

NEBERU NIC JAKO SAMOZŘEJMOST

S Ancou Covrigovou, M.A., která jako jediná v našem magazínu poznala sociální práci z obou břehů.

Všechny rozhovory, které jsme vám v tomto magazínu přinesli, popisovaly sociální služby vždy buď pohledem profesionála, nebo uživatele. Na některé služby jsme pak nabídli oba pohledy. Výjimečná životní zkušenost paní Ancy Covrigové, M.A., vedoucí pobočky Integračního centra Praha, nám umožňuje přinést na závěr i pohled člověka, který v životě stál „na obou březích“. Paní Covrigová totiž před léty sama přišla do České republiky jako cizinka a dnes se u nás na Praze 14 věnuje právě práci s cizinci.

Co vás vlastně přivedlo do České republiky?

Asi to bude znít jako z filmu, ale po pravdě řečeno láska. Já jsem určitě nesnila o tom, že budu žít jinde než v rodné zemi, v Rumunsku. Jenže osud tomu chtěl jinak. Rok po ukončení vysoké školy jsem odešla za dalším vzděláním do Polska a tam jsem během studia na Středoevropské univerzitě ve Varšavě potkala svého budoucího manžela. Manžel pochází z České republiky, pracoval v Praze, a tak jsme se po svatbě usadili tady. Přímo na Praze 14 žijeme bezmála osm let.

S administrativními povinnostmi tedy máte osobní zkušenosti.

Ano a docela mne překvapuje, že například získání trvalého pobytu bylo někdy v tom roce 2002, kdy jsem to řešila já, paradoxně jednodušší a rychlejší než dnes. Alespoň v případě uzavření manželství s občanem ČR.



A co ty další praktické věci?

Určitě mě neminuly ostatní problémy, které cizinec v Praze řeší: hledání práce, registrace na pracovním úřadě, komunikace s pojišťovnami, anebo třeba všechno spojené s narozením dětí. Je zvláštní, jak se radostná událost každé rodiny dokáže pro cizince rychle proměnit v nekonečné papírování a běhání po úřadech.

Co bylo pro vás osobně na změně prostředí nejtěžší? Říká se, že mladý strom se lépe přesazuje...

Možná lépe, ale určitě ne dobře. I já jsem si zažila ty pocity osamocení, vykořenění a z toho plynoucí frustrace. A vůbec nejhorší byla čeština. Je krásná, ale velmi těžká. Dokud ji nezvládnete na úrovni běžné komunikace, přidává se k těm popsaným pocitům ještě bezradnost: nevíte, protože prostě nerozumíte.

Dnes sama pomáháte cizincům. S čím vším se na vás mohou obracet?

V podstatě jsme připraveni poradit ve všech oblastech, které se života cizinců mohou dotknout a také dotýkají. Ať už jde o bydlení, zaměstnání, zdravotní pojištění a zdravotní péči, problematiku vzdělání, nostrifikaci, sociální dávky a případně i o dluhy a exekuce.

Promítá se nějak do vaší současné práce někdejší zkušenost migrantky?

Já jsem velmi rada, že v rámci své práce mohu předávat ostatním migrantům své znalosti a zkušenosti. Právě proto, že jsem si tím sama prošla, jim chci pomáhat zvládnout život v nové zemi. A budu ráda, když se mi podaří i něco víc. Chtěla bych, aby život v Praze nejen zvládli, ale naučili se jej milovat jako já. A chci jim poskytovat to, co jim nejvíce chybí, tedy správné informace.

Závěrem by asi bylo zajímavé zeptat se, jestli z vaší vlastní zkušenosti přináší život cizince i nějaké výhody...

Největší výhoda je, že na rozdíl od našich spoluobčanů, kteří se tady narodili, neberu nic jako samozřejmost.

“I do not take anything for granted”

„Не сприймаю нічого, як само собою зрозуміле.“

„Tôi không coi việc gì là chắc chắn“

„Не принимаю ничего, как само собой разумеющееся.“

Naší sítí proudí vaše energie!



konto
bariéry
77

Jsme energie tohoto města

www.pre.cz

PRE

Vážení čtenáři,

tento magazín ukazuje Prahu 14 pohledem poskytovatelů a uživatelů sociálních služeb.

Nebude snad působit nepatřičně, když přiznám, že spolupráce na přípravě tohoto magazínu byla i pro mne poučením a přínosem. Svět sociálních služeb je v jedné věci velmi odlišný od ostatního světa. Zdá se mi, že lidé si tu více váží maličkostí, které většině z nás připadají samozřejmé. Zároveň se sociální služby většinou váží k věcem „smutným“. K nemocem a ohrožením lidské existence. A přesto se v jejich světě můžeme setkat se spoustou lidí, z nichž vyzařují empatie, pochopení a odvaha, a kteří nešetří úsměvy.

Ráda bych na tomto místě rovněž poděkovala všem, kteří se na přípravě magazínu podíleli. Zejména pak neziskovým organizacím, díky nimž je veškerý obsah, včetně fotografií u prezentací, autentický a zachycuje reálný život Prahy 14. Ale i když je tento magazín obsáhlý, zdaleka není a ani nemůže být vyčerpávající. Problematika sociálních služeb je natolik široká, že nebylo možné ji obsáhnout celou. Proto pokud jste na těchto stránkách nenašli tu „svou“ organizaci, to „své“ téma, nezlobte se pro to na nás.

Svět sociálních služeb mi připomněl význam diskuze a dialogu.

Pojďme v diskuzi pokračovat! Přijměte mé pozvání na kávu.

Jste uživatelem sociální služby a chcete vyjádřit svůj kritický názor, nebo naopak ocenit práci některé z organizací? Jste zástupcem organizace, která by chtěla rozšířit nabídku poskytovaných služeb, či nabídnout služby nové? Máte na srdci cokoli jiného, co se dotýká témat, která přinesl náš magazín?

Ve středu 27. srpna mezi 13. a 18. hodinou si o tom všem můžeme popovídat v nízkoprahové kavárně Maňána, na adrese Maňáková 745/13, Černý Most.

Krom diskuze jsme s kolegyněmi a kolegy připraveni pomoci i s řešením konkrétních problémů.

Kavárna je bezbariérově přístupná.

Na setkání s Vámi se těší

Lucie Svobodová

*Mgr. Ing. Lucie Svobodová,
1. zástupkyně starosty MČ Praha 14*

