

PRAŽSKÉ

33. ČÍSLO

FOKUSOVINY

INFORMAČNÍ MAGAZÍN
FOKUSU PRAHA



OSLAVY 30 LET KOMUNITNÍCH
SLUŽEB V OBLASTI DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ

SVOBODA PŘEDEVŠÍM, NEBO BYDLENÍ PŘEDEVŠÍM?
FOKUS PRAHA VE VÍRU ZMĚN



Milí čtenáři,
máte před sebou další pestré číslo Fokusovin, stejně tak pestré jako je současný život Fokusu. Přesto jedno téma vyčnívá a bude nás provázet celým rokem – oslava třiceti let Fokusu. Zajistě příležitost k mnohému ohlížení zpět, ještě více ale výzva k pohledu do budoucnosti. Kam kráčíš, quo vadis, Fokuse, po těch třiceti letech? Kde hledat jednotící prvek ve vší té pestrosti? Kde nalézt pevný bod ve všech změnách, které nás provázejí a o kterých se můžete dočíst i na těchto stránkách. A odpověď kupodivu můžete nalézt opět v tomto čísle Fokusovin – freedom first, svoboda především. Motto, které nás propojuje s minulostí – vždyť nedávno jsme oslavili třicet let od sametové revoluce – ale stejně tak ukazuje do budoucna. Svoboda od systému institucí, které člověka znesvobodňují z principu své existence, ale stejně tak svoboda od nemoci, která člověka spoutává a omezuje. A hlavně svoboda k lepšímu, plnějšímu a bohatšímu životu. To je úběžník, ke kterému směřujeme již třicet let, a doufám, že budeme směřovat i nadále.

**Petr Hudlička, generální ředitel
Fokusu Praha**



*Tyto Fokusoviny pro vás ze svého úhlu pohledu glosuje **Tomáš Vaněk**. Po převratném studiu Komparatistiky na FFUK se ocitl v tzv. reálném světě, kde jeho zamilované myšlenky o svobodě ve vědě, o díle Dostojevského a Kafky, nezajímaly už vůbec nikoho. Nakonec jak sám říká, z toho zešílel a díky tomu si našel práci. Stále se zabývá literaturou, píše povídky. Ve Studiu 27 je jeho úkolem připravovat a moderovat besedy, trochu stříhat a titulkovat videa.*

tomas.vanek@studio27.cz

Právě před 30 lety byl založen první Fokus! Vznikla první komunitní péče v oblasti duševního zdraví. Fokus si vytyčil si za cíl pomáhat lidem s duševním onemocněním žít plnohodnotný život mimo zdi psychiatrických léčeben a bez izolace od společnosti.

Od roku 1990 se k tomuto cíli přidala řada dalších neziskovek – sdružených v Asociaci komunitních služeb (AKS). Fokus sám se rozrostl. Vznikla řada Fokusů po celé republice zastřešených pod organizací Fokus ČR. Komunitní péče se stala nedílnou součástí nabídky v oblasti péče o duševní zdraví.

Stali jsme se hybateli reformy péče o duševní zdraví! A jsme hrdí, že v současnosti se komunitní péče stala už systémovou součástí nového uspořádání péče o duševní zdraví díky centrům duševního zdraví.

Pro tento rok přinášíme společný vizuál, který symbolizuje 30 let komunitní péče v oblasti duševního zdraví. Zelenou stuhu vnímáme jako symbol duševního zdraví, motiv spojení, pokračování, kontinuity i naděje do budoucnosti. Navíc se motiv zelené stuhy objevuje ve vizuálech spojených



se Světovým dnem duševního zdraví nebo jako symbol pro destigmatizační aktivity v Irsku.

A doufáme, že se k jeho sdílení připojí všechny organizace, které komunitní péči v oblasti duševního zdraví klientům nabízejí – je to oslava nás všech!

Na jaře zrekapitulujeme naši činnost a naše úspěchy na společné tiskové konferenci s Asociací komunitních služeb a ministerstvy zdravotnictví a práce a sociálních věcí.

Součástí oslav bude **putovní výstava obrazů Duše jako múza autorů Skupiny F**, která se jako zelená linka proklikatí městy, kde jsou Fokusy. V rámci doprovodných programů se můžete těšit na besedy se zajímavými hosty.

V září se potkáme v Praze na konferenci, kde se představí pražské komunitní služby a současně budeme moci diskutovat o budoucnosti v oblasti péče o duševní zdraví a nechat se inspirovat zahraničními osobnostmi.

Všechny informace najdete na webu:
www.komunitne30let.cz

REFORMA

ve Středočeském kraji

Tentokrát odpovídá Renata Žabová, regionální konzultantka projektu Deinstitutionalizace.

Co nového v reformě péče o duševní zdraví?

Při Úřadu vlády v říjnu 2019 vznikla Rada vlády pro duševní zdraví, která je poradním orgánem vlády a tedy nadresortní. To je dobrá zpráva pro nezbytnou koordinaci a meziresortní spolupráci v reformě s dalšími ministerstvy – MPSV, MŠMT, MMR či MSP. První zasedání Rady vlády pro duševní zdraví proběhlo 18. prosince 2019, na kterém byl schválen Národní akční plán pro duševní zdraví 2020–2030.

Ten je klíčový pro pokračování reformy po ukončení evropských projektů v roce 2022. Proto je dobrá zpráva, že jej dne 27. 1. 2020 již schválila i Vláda ČR.

Plán obsahuje vznik sítě komplexních služeb péče o duševní zdraví po celé ČR. Služby budou orientované na zotavení a dostupné v přirozeném prostředí lidí s duševním onemocněním. (pozn.: **Národní akční plán pro duševní zdraví 2020–2030** je včetně všech souvisejících dokumentů ke stažení na webových stránkách Ministerstva zdravotnictví ČR, konkrétně zde: bit.ly/3822lgt)

V reformě se vedle lidí se závažným duševním onemocněním (SMI – severe mental illness) postupně začínáme zabývat dalšími cílovými skupinami. Jedná se o lidi v seniorském věku, kteří jsou převážně hospitalizováni v psychiatrických nemocnicích z důvodu organické poruchy, např. Alzheimerova nemoc. Lidé s mentálním postižením nebo lidé hospitalizovaní z důvodu závislosti na návykových látkách. Bohužel máme také mnoho hospitalizovaných dětí, které jsou často umisťovány do dětských psychiatrických nemocnic daleko od domova, a takovou praxi je potřeba změnit.

Jak byste shrnuli a ohodnotili dění v reformě v roce 2019? (v Praze a v SČ)

Na začátku roku 2019 reformní aktivity ve Středočeském kraji byly oproti ostatním krajům

zpožděny o 1,5 roku. Bylo tedy co dohánět. Klíčovým partnerem pro spolupráci s krajem je krajská řídicí skupina pro reformu, která vznikla na začátku roku 2019, a první jednání pracovní skupiny proběhlo v únoru. Středočeský kraj je v mnoha ohledech specifický. Jednak je největším krajem z pohledu velikostí, počtu obcí i obyvatel, sousedí hned se sedmi dalšími kraji a je spádovou oblastí pro pět psychiatrických nemocnic v pěti různých krajích. Psychiatrická nemocnice Kosmonosy je jediná, která sídlí na území Středočeského kraje. Během uplynulého roku bylo potřeba v roli regionálního koordinátora navázat spolupráci se všemi spádovými psychiatrickými nemocnicemi i spádovými komunitními službami. S podporou dalších zástupců za reformní projekty – specialisti transformačních týmů, metodici multidisciplinarity a manažeři kvality – se postupně zaváděla systematická multidisciplinární spolupráce nemocnice s komunitními týmy.

Ve Středočeském kraji je od července 2019 v provozu první CDZ, které provozuje Fokus Mladá Boleslav ve spolupráci s Psychiatrickou nemocnicí Kosmonosy. V průběhu roku probíhala jednání mezi Fokusem Praha Centrum Dolní Povltaví a PN Bohnice o provozování společného CDZ na Praze-východ, které bude realizované z další výzvy. Další jednání probíhalo na úrovni Fokusu Praha Centrum Mělník s Psychiatrickou nemocnicí Horní Beřkovice. Výsledkem je domluva na provozování společného multidisciplinárního týmu pro Mělnicko a během roku probíhaly přípravy na zahájení provozu. Pro rok 2020 se ve spolupráci se Středočeským krajem podařilo významně navýšit kapacity komunitních služeb pro region Kladenska. Proto se začala rodit myšlenka na propojení týmů Baobabu, který na Kladně působí již několik let, ale jen v minimálním počtu pracovníků, a Fokusu Praha, který disponuje personálními kapacitami pro potřebné posílení terénního týmu. Společný tým Baobabu a Fokusu Praha zahájil provoz od nového roku

2020. Okres Příbram byl do minulého roku jedním z okresů, kde nepůsobila žádná komunitní terénní služba pro lidi se závažným duševním onemocněním. Lomikámen, který historicky působí na Berounsku, rozšířil služby i na Příbramsko, kde postupně buduje plnohodnotný terénní tým. Pro část okresu Praha-západ byla nově navázaná spolupráce poskytovatele služeb Náruč s PN Bohnice.



Kéž by Bohnice mohly vítat všechny své ovečky s otevřenou náručí...

Ve spolupráci s krajským úřadem a komunitními službami se podařilo naplánovat pro reformu navýšení kapacit úvazků a lůžek a navýšení promítnout do strategického dokumentu Středočeského kraje. Střednědobý plán rozvoje sociálních služeb pro roky 2020–2022 byl s potřebným navýšením kapacit pro reformu schválen na podzim zastupitelstvem.

V další fázi reformy bude důležité se zaměřit na rovnoměrné pokrytí potřebných služeb pro lidi se závažným duševním onemocněním po celém Středočeském kraji. Ve větší míře bude potřeba spolupracovat s obcemi, aby podpořily návraty pacientů do komunity.

Středočeský kraj během roku 2019 postupně dohnal zpoždění v reformních aktivitách i díky vstřícnosti krajského úřadu a značnému nasazení zapojených subjektů a konkrétních pracovníků. Díky také patří odborným garantům MUDr. Janu Stuchlíkovi a Bc. Václavu Vopatovi a dále Mgr. Janu Rohlenovi (zástupce za poskytovatele sociálních služeb v řídicí skupině) za jejich podporu a spolupráci.



Mezi takové služby patří doslova všechny služby kromě těch murálních. Je skoro amorální říkat jim extramurální. Vždyť uvnitř zdí se toho zase tak extra moc neděje. Za byt a stravu být na hlavu, říkalo se kdysi mezi pražskými bezdomovci. Teď už se to snad konečně změní!

Co nás čeká v roce 2020?

Od nového roku začala pro psychiatrické nemocnice platit nová úhradová vyhláška. Zahřnuje nově nastavené platby tak, aby psychiatrická nemocnice byla motivována ke snižování

počtu dní hospitalizací, a tedy i k cílenější spolupráci se spádovými komunitními týmy a s dalšími extramurálními službami.

To na druhé straně vytváří tlak na navyšování kapacit komunitních služeb. V jednotlivých krajích regionální koordinátoři ve spolupráci s krajem a spádovými službami činí potřebná opatření pro návrat lidí z dlouhodobých hospitalizací zpět do komunity. V některých případech je potřeba vstupovat do jednání s obcí a vyjednat možnosti podpory ze strany obce tak, aby se návrat mohl uskutečnit.

Začátkem roku 2020 bude vyhlášena 3. výzva na CDZ a doplní tak zbývající počet do celkového počtu 30 pilotních CDZ. Během prvního pololetí roku 2020 se očekává zveřejnění evaluace CDZ z první vlny výzvy, kterou vypracovává Národní ústav duševního zdraví. Z projektu Podpora nových služeb v péči o duševně nemocné budou během roku vyhlášovány výzvy na multidisciplinární týmy duševního zdraví pro další cílové skupiny. Na konci roku 2019 již byla vyhlášena výzva na multidisciplinární tým duševního zdraví pro děti a adolescenty. Během roku budou dále vyhlášeny výzvy na multidisciplinární týmy duševního zdraví pro seniory a adiktologické pacienty, dále na ambulance s rozšířenou péčí a na oblast péče o pacienty s nařízenou ochrannou léčbou. Vedle výzev z reformních projektů se také očekává vyhlášení výzvy v rámci Norských fondů. Z těchto výzev bude možné financovat některé svépomocné aktivity na rozvoj uživatelského hnutí, jehož silné zastoupení je v reformě potřeba.



Ano, to je logické, ba co víc, je to i adiktologické. Uživatelé služeb a jiných látek musí být obzvlášť silně zastoupeni. Uživatelé totiž vědí nejlépe, na co vsadit a co prosadit.

Ve Středočeském kraji plánuje stávající poskytovatel sociálních služeb se sídlem v Berouně jít do výzvy na multidisciplinární tým duševního zdraví pro děti a adolescenty. Organizace se rozhodla si zaregistrovat i zdravotní služby a do výzvy tak jít samostatně bez partnerství s dalším subjektem. Předpoklad zahájení provozu týmu je květen 2020.

SVOBODA PŘEDEVŠÍM POPRVÉ V ČR

Český překlad zásadní zahraniční publikace k reformě péče o duševní zdraví

Na konci loňského roku jsme v naší edici Marco Cavallo vydali knihu Svoboda především, český překlad významné nizozemské publikace Freedom First. Ta analyzuje revoluční přístup k péči o duševní zdraví v italském Terstu a srovnává jej s praxí v Nizozemsku. Zahraniční inspirace je v českém vydání doplněna o kontext komunitních služeb v České republice. Křest knihy Svoboda především proběhl symbolicky v Den lidských práv, 10. 12. 2019 v Domě světla v pražském Karlíně. Vydání knihy, která je v elektronické podobě k dispozici zdarma či za dobrovolný příspěvek na webu Fokusu Praha, přijel podpořit i prezident evropské nevládní organizace Mental Health Europe Jan Berndsen.

„Fokus Praha slaví v letošním roce 30 let své existence. Pro lidi se zkušeností s duševním onemocněním jsme v průběhu uplynulých tří dekád vytvářeli komplexní síť komunitní podpory, která tu po pádu totalitního režimu absolutně chyběla. Zároveň jsme ale také během této doby usilovali o přeměnu celého systému a jeho výraznou deinstitucionalizaci. Terst, kde v roce 1977 došlo k uzavření místní psychiatrické nemocnice a přenesení péče do sítě decentralizovaných služeb starajících se o to, aby lidé mohli důstojně bydlet, pracovat a být součástí komunity, je pro nás dodnes velkou inspirací. Kniha Freedom First velice dobře popisuje, proč je tak důležité dát lidem s duševním onemocněním svobodu a neschovávat je za zdmi psychiatrických nemocnic a ústavů. Jedná se o morální imperativ, který musí být vtělen i do právě probíhající české reformy péče o duševní zdraví, na níž se aktivně podílíme,“ říká Petr Hudlička, ředitel Fokusu Praha.

„Důraz na svobodu a autonomii jedince, kterou v Terstu převedli do praxe, představuje nové paradigma v oblasti péče o duševní zdraví. V našem systému bohužel stále uvažujeme jinak. Lidi

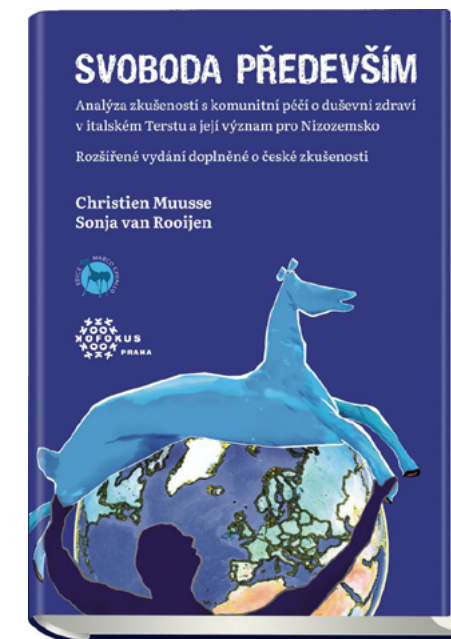
s duševním onemocněním léčíme, pečujeme o ně, vychováváme je, aby byli vyléčení, resp. normální k našemu obrazu. Pokud to tak není, dále je hospitalizujeme, posíláme je do sociálních ústavů a tím prohlubujeme jejich izolaci a vyloučení ze společnosti. Izolaci, která brání jejich zotavení a naopak zvyšuje jejich stigmatizaci. Proto je potřeba, aby se i naše reforma opírala o takový přístup k léčbě, který bude s lidmi se zkušeností s duševním onemocněním pracovat velmi individuálně a v úzkém kontaktu s jejich rodinami a nejbližším okolím. Pouze intenzivní komunitní a terénní podpora jim může pomoci žít smysluplný život a naplňovat jejich sociální role,“ uvádí spoluzakladatel a bývalý dlouholetý ředitel Fokusu Praha Pavel Novák, aktivně zapojený do reformy psychiatrické péče v ČR a zároveň spoluautor kapitoly, která rozšiřuje knihu Freedom First o český kontext.

I podle prezidenta Mental Health Europe Jana Berndsen, který byl exkluzivním hostem slavnostního křtu českého vydání knihy, je zásadní, aby se při práci s duševně nemocnými důsledně dodržovala lidská práva. „Není to ale pouze o zavírání nemocnic. Mnohem důležitější je

budovat systém dobré komunitní péče,“ říká Jan Berndsen a lapidárně dodává: „Neexistuje zdraví bez duševního zdraví!“

Publikaci Freedom First autorské dvojice Christien Muusse a Sonja van Rooijen vydal v roce 2015 Trimbos-instituut v Utrechtu. České rozšířené vydání finančně podpořil Magistrát hlavního města Prahy. Po knihách Za zdmi a Cesta k zotavení jde v pořadí již o třetí titul vydaný v edici Marco Cavallo. V té Fokus Praha přibližuje veřejnosti knižní tvorbu přinášející nový inspirativní vhled do problematiky psychiatrické péče a duševního zdraví.

Všechny vydané tituly včetně publikace Svoboda především si můžete stáhnout zdarma ve formátu PDF na webu Fokusu Praha: bit.ly/38SyvRO



Jan Berndsen (vlevo), Pavel Novák a Lucie Vopálenská při křtu knihy Svoboda především / Freedom First.



Jan Berndsen: Dobré duševní zdraví můžete zajistit jen v komunitě

Přinášíme úryvek z rozhovoru s prezidentem Mental Health Europe Janem Berndsensem během jeho návštěvy v Praze na křtu knihy Svoboda především. Celý rozhovor, který vedl Tomáš Vaněk ze Studia 27, si můžete pustit na YouTube Studia 27 (bit.ly/311BK5O). Ke shlédnutí je i celá přednáška Jana Berndsena v rámci debaty Freedom First nebo Housing First (bit.ly/2REb1cp).

Děkuji moc za pozvání, jsem velmi poctěn, že mohu být už podruhé zde v Praze a mluvit o práci v oblasti duševního zdraví v Mental Health Europe. Organizace sídlí v Bruselu, je částečně zaštiťována Evropskou komisí a myslím si, že nejdůležitějším cílem MHE (Mental Health Europe) je poskytovat nejlepší služby duševního zdraví v Evropě. Naše strategie je převážně založena na lidských právech, takže dnes, v Den lidských práv, jsem se musel rozhodnout, zda být v Bruselu, kde je teď (10. prosince) konference o duševním zdraví, nebo být tady v Praze, ale znám vás (Fokus Praha) mnoho let, Pavla Nováka z Fokusu, a tak jsem

řekl Claudii, ředitelce Mental Health Europe: Ne ne, tentokrát musím do Prahy, protože je to pro vás v Praze důležitý den, abyste rozběhli ten proces a změnili kulturu duševního zdraví v České republice. Myslím, že jako Fokus jste udělali za posledních 30 let hodně práce, a myslím, že teď je čas ukázat všem v České republice, co děláte. A podle mého vaše práce a váš závazek pomáhat je pro lidi, pacienty, mnohem lepší, než aby zůstávali roky a roky v psychiatrické nemocnici. Proto jsem teď tady, abych vás podpořil a jsem velmi poctěn, protože tu vidíme naši knihu „Svoboda především“ v českém překladu. Volal jsem oběma autorům, že jste přeložili jejich knihu a že ji tu dnes budeme prezentovat. Pro vás a pro všechny vaše kolegy je to, myslím, důležitý krok. Říci všem těm lidem, kteří stále věří, že nejlepší služby duševního zdraví jsou poskytovány v nemocnici, těm je třeba zdůraznit, že dobré duševní zdraví můžete zajistit jen v komunitě.



Ano, když už jsme dokázali přeložit knihu, snadno přeneseme i služby z nemocnic do komunity. To řekl dobře!

S lidmi ve vlastních domech, kde mohou žít sami za sebe, se svými vlastními rolemi a cíli, s vlastními přáteli po boku. A proto jsem přijel sem...



Malý krok pro Jana Berndsena, velký krok pro nás všechny!



Nově zrekonstruovaný byt v Praze 7 plní od února 2020 funkci startovacího bydlení pro osoby s duševním onemocněním.

BYDLENÍ PŘEDEVŠÍM

Rozšiřujeme službu chráněného bydlení

Před rokem a půl jsme od městské části Prahy 7 získali byt v ulici U studánky. Byt se nyní podařilo díky finančním prostředkům a úsilí společnosti Daramis a jejího Nadačního fondu Agora 7 zrekonstruovat a od února tohoto roku bude k dispozici klientům v rámci akreditované služby chráněného bydlení. Ta je zaměřena na osoby s duševním onemocněním s trvalým bydlištěm v Praze, které si potřebují osvojit dovednosti spojené s bydlením.

V současné době má Fokus Praha pro účely chráněného bydlení v Praze k dispozici celkem 10 bytů v městských částech Prahy 2, 3, 4, 6 a 7 a komunitní dům v Praze 14. Ve Středočeském kraji potom provozuje dalších 11 bytů.

Přestože chráněné bydlení pro lidi s duševním onemocněním nesupluje levné bydlení a je časově omezeno na maximálně 2 roky, zájem o něj je veliký. Poptávka tak převyšuje stávající nabídku, přičemž čekací doba na byt může být i dva roky.



Dva roky čekáš, dva roky bydlíš. Osvojíš si dovednosti spojené s čekáním, i dovednosti spojené s bydlením. To mi přijde fér.

V roce 2019 odešlo z chráněného bydlení v Praze celkem 9 klientů Fokusu Praha, z toho 4 do svých bytů.

Mít za souseda člověka s duševním onemocněním – pro spoustu lidí stále velký problém

Sehnat v Praze bydlení není jednoduchá záležitost pro zdravého člověka, natož pro lidi s duševním onemocněním. Naštěstí existují organizace jako Fokus Praha, které mohou i v této bezvýchodné situaci nabídnout řešení. Mezi naše služby patří jak tzv. chráněné bydlení, tak i podpora při získání sociálních bytů uvolněných Magistrátem hlavního města Prahy. Na podrobnosti jsme se zeptali Evy Kudrnové, vedoucí komunitního týmu pro Prahu 5 a 7.

Pro koho je určena vaše služba chráněného bydlení?

Zaměřujeme se na osoby s duševním onemocněním s trvalým bydlištěm v Praze, které si potřebují osvojit dovednosti spojené s bydlením. V praxi se na nás obracejí lidé, kteří selhávají v samostatném bydlení a neví, jak si pomoci, nebo jsou například dlouhodobě v léčebně či u svých rodičů, a potřebují se osamostatnit. Většinou nás lidé kontaktují přímo z nemocnic nebo přes své terénní pracovníky. Dáme si s nimi schůzku, kde se snažíme zjistit důvody, proč chtějí jít do chráněného bydlení. Důležité pro nás je, abychom očekávání těchto lidí a jejich potřeby byli schopni alespoň teoreticky zajistit. Pokud tomu tak není, snažíme se lidem pomoci jinak – třeba hledáním podnájmu, podáním žádosti o sociální byt či nalezením jiného řešení.

Fokus Praha má dva typy chráněného bydlení – komunitní a v samostatných bytech. Tyto dva typy jsou rozdílné jen v míře poskytované podpory. V komunitním bydlení jsme s klienty dvanáct hodin denně ve všední den a do bytů docházíme za lidmi minimálně jednou za čtrnáct dní. V bytech jsou tedy většinou lidé více samostatní, kteří potřebují nastartovat dovednosti nebo mít čas pro vyřízení svých záležitostí, např. najít si práci, vyřídit dávky apod. V komunitním bydlení jsou lidé, kteří potřebují větší míru podpory.

Jaký je o službu zájem?

Ačkoliv chráněné bydlení není náhražkou levného bydlení, zájem je opravdu veliký. To ale bohužel znamená, že nejsme v řadě případů schopni uspo-

kojit poptávku okamžitě. Máme tedy poradník a čekací dobu, která může být klidně i dva roky. Když se místo uvolní, oslovíme zájemce z poradníku a nabídneme mu volné lůžko.



Lůžko? To zní dost bláznivě. Ze zkušenosti ale víme, že při bydlení jde především o lůžko. Jak to napsat jinak? Postel? To také není ono. Volný flek? Zapeklitá věc.

Zájemce nemusí nabízené lůžko přijmout a může se rozhodnout, že chce i nadále zůstat v poradníku. Když chráněné bydlení přijme, začíná naše standardní péče – docházíme za ním a řešíme s ním jeho záležitosti tak, aby byl schopen bezpečně přejít do samostatného bydlení. A jsme rádi, když od nás odchází do samostatných a stabilních podmínek. Nabízíme i následnou podporu, pokud o ni klient projeví zájem.

Pokud již někdo v chráněném bydlení je, jak dlouho v něm může zůstat?

Maximální doba, po kterou může naši službu využít, jsou dva roky. Pro každého je doba potřeby péče samozřejmě jiná. Někdo od nás odchází během několika měsíců, někdo plně využije celé dva roky. Víme, že v některých případech ani ty dva roky nejsou dostačující. Ale to se nyní snažíme řešit. Společně s ostatními organizacemi poskytujícími chráněné bydlení pro osoby s duševním onemocněním společně připravujeme Centrální registr čekatelů na chráněné bydlení v Praze. Tento registr by měl sloužit k tomu, aby člověk, který by chtěl nastoupit do chráněného bydlení, nemusel jednat se všemi

organizacemi poskytujícími tuto službu zvlášť. Jednání by proběhla jen jednou, a poté by byl člověk zapsán do poradníku dle svých potřeb, a to i do několika organizací zároveň.

Fokus Praha se intenzivně angažuje také v otázce sociálního bydlení. Tedy aby i lidé s duševním onemocněním, kteří jsou mnohdy v existenční nouzi, dosáhli na byty, které pražský magistrát přislíbil uvolnit. Jaká je aktuální situace?

Aktuální situace je taková, že je mnoho žádostí podaných, některé i schválené a lidé čekají na nabídku bytu. Magistrát má poradník, podle kterého uspokojuje jednotlivé žádosti. Naši klienti byli úspěšní ve čtyřech případech. To znamená, že již mají své byty, na ostatní teprve čekáme. Pokud jde o zabydlování oněch čtyř osob, byly to pro nás velmi příjemné okamžiky a pozitivní příběhy. Rovněž ale na povrch vyplula některá úskalí, na něž se musíme do budoucna co nejvíce zaměřit.

Co máte na mysli?

Třeba to, jak je těžké začít bydlet v bytě sám, když člověk žil několik let sice na ulici, ale v komunitě ostatních.



Je vcelku normální brát si domů přátele na návštěvu. Ale to je u lidí, kteří předtím žili na ulici, kámen úrazu.

A nejen to. Narážíme každý den i na nepřipravenost ostatních obyvatel domů přijmout naše lidi mezi sebe. Řečeno narovinu, pro běžné občany je pouhá představa domovního soužití s lidmi s duševním onemocněním stále velký problém. Proto stále hledáme cesty, jak s komunitami v domech pracovat. Nechceme naše klienty stigmatizovat, označovat předem. Zá-

roveň ale nepovažujeme za dobrý postup nechávat lidi v domech bez informací, že se k nim někdo ze sociálních důvodů stěhuje. Ukazuje se totiž, že je naprosto klíčové, aby své nové sousedy přijali a minimálně alespoň předem nepociťovali vůči nim nějaké obavy či přímo strach.

Jaké podmínky a administrativní náležitosti musí zájemce splnit, aby měl vůbec nějakou šanci na byt dosáhnout?

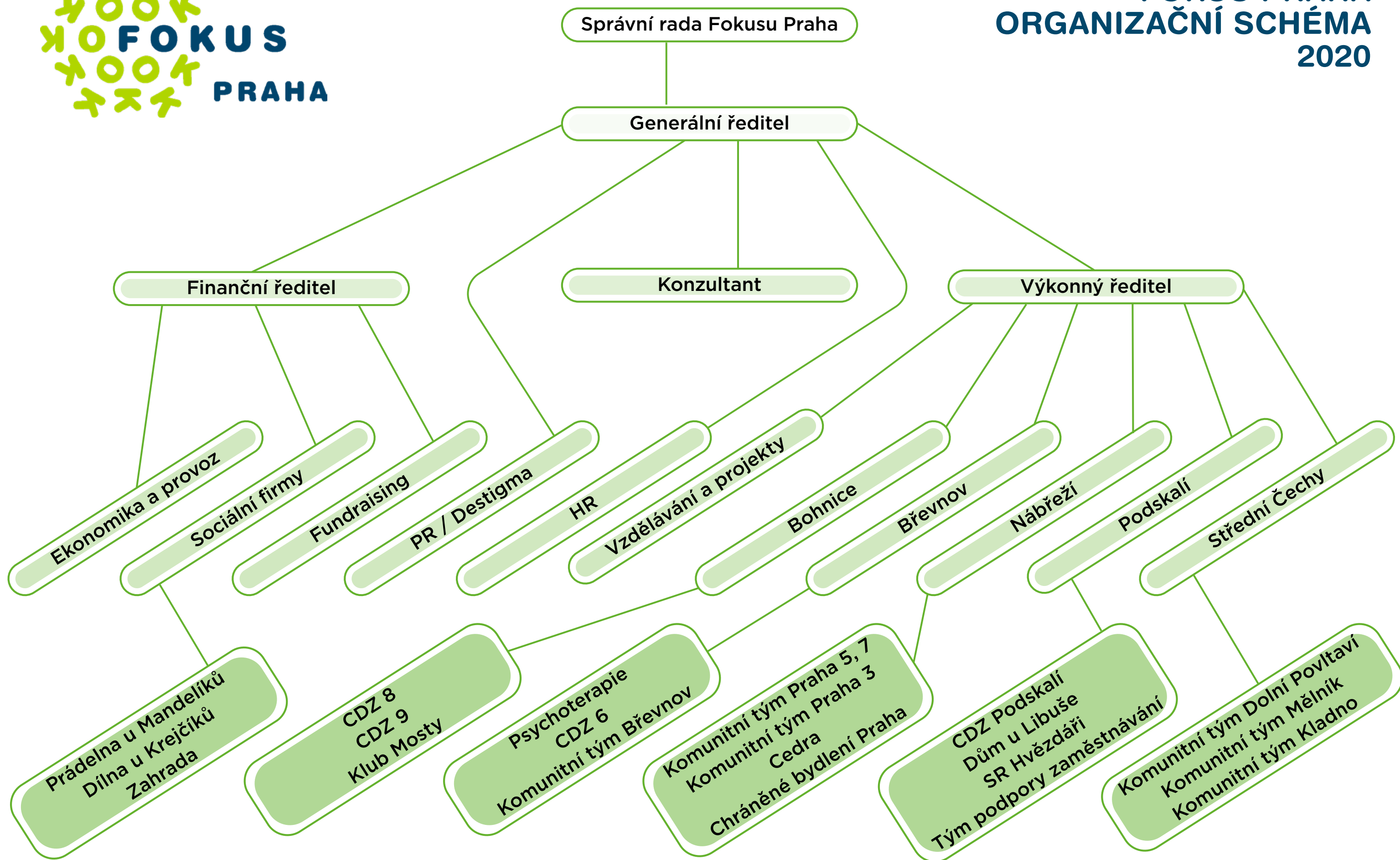
Samotná administrativní procedura je velmi jednoduchá. Stačí vyplnit žádost o poskytnutí sociálního bytu pro magistrát. Pokud by si zájemce nevěděl rady, může se obrátit na jakýkoli tým pracovníků Fokusu. V rámci Fokusu také pořádáme setkání všech pracovníků, které tato problematika zajímá, a hodláme v tom i nadále pokračovat. Řekli jsme si, že je dobré sdílet dobré i špatné zkušenosti se zabydlováním klientů a se způsoby, jak to i nadále dělat. Máme dobré kontakty na pražském magistrátu, odkud přinášíme na tyto semináře aktuální informace. Zároveň jsme v kontaktu i s ostatními neziskovými organizacemi, které se problematice bydlení věnují.



Součástí zabydlování ovšem není ukládání na lůžko. Každý klient musí na lůžko ulehnout sám a dobrovolně. I to je však součástí osvojení si dovedností spojených s bydlením. V murálních nemocnicích je totiž běžná praxe buď odpírání uléhání na lůžko, nebo naopak nuceného umísťování klienta na lůžko, v krajním případě jeho připoutání k lůžku. Proto je potřeba zabydlet klienta nejen v bytě, ale i vzletně řečeno ve svobodě! A na případu dobrovolného a nekontrolovaného uléhání na lůžko to často vidíme nejdříve.



Nově zrekonstruovaný byt v Praze 7 je od února 2020 k dispozici lidem s duševním onemocněním i díky úsilí člena Rady MČ Praha 7 pro sociální a zdravotní politiku a národnostní menšiny – Jakoba Hurrleho (na snímku v popředí).



ROZHOVOR S... Gabrielou Kallovou

Centrum Karlín Fokusu Praha změnilo v lednu tohoto roku s dalším rozšířením své působnosti název na Centrum Nábřeží. Lidem se zkušeností s duševním onemocněním nadále poskytuje nejenom komplexní terénní pomoc, ale i podporu bydlení či řadu volnočasových aktivit. Sociální služby mohou využívat klienti, kteří bydlí nebo se dlouhodobě pohybují v městských částech Praha 3, 5 a 7, a v případě chráněného bydlení a volnočasových aktivit kdokoli s trvalým bydlištěm v Praze. Co čeká centrum v roce 2020, kdy Fokus slaví 30 let své existence, i o tom byla řeč s ředitelkou Centra Nábřeží Gabrielou Kallovou.

V minulosti jste pracovala pro neziskový i komerční sektor. Jak jste se dostala do Fokusu Praha, největší neziskové organizace v ČR zaměřené na pomoc lidem s duševním onemocněním a dlouhodobými psychickými problémy?

Do Fokusu mě přivedla vlastně náhoda. Potkala jsem se s kamarádkou, která znala pražský Fokus zevnitř, jeho aktivity i lidi ve službách, a věděla, že zrovna probíhá výběrové řízení na ředitele Centra Karlín. Tak intenzivně mě přesvědčovala, abych se do konkurzu přihlásila, až jsem sebrala odvahu a poslala tam svůj životopis. Nebylo to ale vůbec jednoduché rozhodnutí. Nejsem totiž typ člověka, který by vstupoval dvakrát do téže řeky. A z neziskového sektoru jsem už před lety odešla, tehdy hlavně kvůli financím. Na pohovoru do Fokusu, který vedl můj dnešní nadřízený Honza Sobotka, mi ale došlo, co mi poslední roky strávené v byznysu chybělo.

Co to bylo?

Být součástí organizace, jejímž hlavním posláním je pomoc lidem v nouzi. Vzpomínám si, jak jsem po onom pohovoru ještě ten-
týž den začala načítat všechno o reformně psychiatrické péči. Úplně mě to vtáhlo. Samozřejmě jsem měla obrovský respekt před cílovou skupinou, protože s lidmi se zkušeností s duševním onemocněním jsem nikdy nepracovala. Nicméně fakt, že se jedná o celospolečenský problém a že lidé s duševním hendikepem stojí i po třiceti letech svobody v podstatě na okraji společnosti, mě utvrdil v tom, že práce ve Fokusu bude mojí srdeční záležitostí.



Ve funkci ředitelky centra jste přesně rok. Jak vidíte toto období zpětně?

Do funkce jsem nastupovala v lednu 2019, kdy už řada věcí byla v pohybu. Mým cílem tedy bylo jednotlivé týmy především stabilizovat a připravit je na postupný vznik center duševního zdraví, s nimiž počítá reforma psychiatrické péče. Tento dlouhodobější úkol se myslím daří plnit, byť se potýkáme s celou řadou dílčích problémů.

Co vás nejvíce trápí?

Je to zejména nedostatek sociálních pracovníků. Ten problém je dvojsečný. Na jednu stranu potřebujete dostatek pracovních sil k zajištění plynulého chodu komunitních služeb, na druhou stranu musíte udržet kvalitu těchto služeb, což ale lze pouze se schopnými a patřičně vzdělanými lidmi v daném oboru, kterých je však na trhu málo. A co je nejhorší, když už nějaké objevíte a chcete si je udržet, nemůžete jim ani nabídnout odpovídající mzdu. Z ma-

nažerského hlediska tak neustále balancujete na hranici nějaké rozumné míry udržitelnosti poskytované služby, což není úplně jednoduché. A k tomu pak řešíte řadu provozních věcí, jakou jsou např. nové prostory apod.

Co vás tedy čeká v tomto roce?

Určitě chceme nadále posilovat nový komunitní tým pro Prahu 3, v němž nyní působí čtyři sociální pracovníci. Vznikem komunitního týmu pro Prahu 3 nastaly změny i pro stávající komunitní tým, který se bude v první řadě věnovat hlavně klientům z MČ Praha 5 a 7, a také ve službě chráněného bydlení, která bude procházet koncepčními změnami. Tyto tři týmy by se měly postupně připravovat na transformaci

v budoucí centra duševního zdraví, resp. na to, že se stanou součástí multidisciplinárních, sociálně-zdravotních týmů, jež se budou věnovat výhradně klientům z příslušných městských částí na lokální bázi. Změny chystáme také u naší dílny CEDRA. Chtěli bychom ji více otevřít veřejnosti tak, aby její klubové, vzdělávací či volnočasové aktivity pomáhaly k destigmatizaci našich klientů a lidí s duševním onemocněním obecně. A v neposlední řadě jsme museli dořešit i název našeho centra, protože označení Karlín již neodpovídalo našemu působení ve třech městských částech. Nový název Nábřeží je kompromis, který lépe koresponduje s naší působností na obou březích Vltavy.

Denní sanatorium → PSYCHOTERAPIE

Co si představíte pod slovem sanatorium? Slyšeli jste to už, ale nevíte, co přesně by to mohlo být? Nebo patříte k těm, komu se vybaví plicní sanatorium, léčba tuberkulózy a Jiří Wolker na lehátku? Nebo vám možná spojení denní sanatorium přináší obraz pravidelného každodenního docházení, s dopoledním programem, obědem i odpolední svačinou.

Denní sanatorium Fokusu vznikalo v prázdném prostoru postsocialistické psychiatrické komunitní péče. Žádná tehdy nebyla. Naší ideou bylo nabídnout lidem léčícím se se závažným duševním onemocněním místo, kam si mohou přijít nejenom pro psychotherapeutickou a psychiatrickou léčbu, ale také vytvořit komunitu, ve které se mohou cítit bezpečně. Z dnešního pohledu fungovalo tehdejší Denní sanatorium Fokusu jako hybrid centra denních aktivit, centra duševního zdraví, psychotherapeutického zařízení a sociálního komunitního týmu. Přístup k lidem s duševním onemocněním a způsob práce s nimi se ale od té doby proměnil, služby jsou pestřejší a dostupnější. Samotní lidé a jejich potřeby se změnili. Onemocnět závažným duševním onemocněním už neznamená doživotní invalidizaci. Lidé, kteří onemocní, chtějí a často se vrací do aktivního života. Chceme pomoci naplňovat tyto touhy a potřeby – psychotherapie je jedním ze způsobů, jak si člověk může uvědomit, co chce, kam směřuje a co může dělat pro to, aby tyto svoje cíle naplnil.

Proto jsme si po pečlivé úvaze vybrali nový název pro naše zařízení. Chtěli jsme takový, který vystihuje, kdo jsme a co děláme.

- Psychotherapeuticky pracujeme s jednotlivci, páry, rodinami, ve skupinách
- Nabízíme intenzivní i ambulantní psychotherapeutické programy
- Náš tým sestává ze vzdělaných profesionálů z oblasti psychotherapie, s dlouhodobou zkušeností a praxí
- Kromě psychotherapeutických služeb v rámci našeho zařízení funguje psychiatrická a psychologická ambulance

Denní sanatorium bylo jméno, které jsme nesli téměř 30 let. Bylo jako dobré staré známé boty, na které jsme byli zvyklí. Na začátku byly nové, hezké, pro to, co a jak jsme dělali, seděly, jak ulité. V posledních letech jsme ale vyrostli, změnili se. Už nechodíme po stejných stezkách, navštěvujeme jiná místa, potkáváme nové lidi. Nastal čas vzít si boty nové. Nosí jméno Psychotherapie Fokus Praha. Věříme, že i tyto nás ponesou dlouhá léta a že společně s nimi i s vámi projdeme další kus světa.

SOCIÁLNÍ FIRMY MÍŘÍ K NEZÁVISLOSTI

V současnosti Fokus Praha provozuje tři sociální firmy – Prádelnu u Mandelíků, Zahradu a Dílnu u Krejčíků. Jak se jim v roce 2019 dařilo? Zeptali jsme se ředitele sociálních firem Fokusu Praha Jiřího Nováka.

Tahle otázka mne svou jednoduchostí zaskočila a přiměla k zamyšlení: Jak jsou na tom naše firmy? Dá se vlastně jednoduše odpovědět? Asi nedá, každá firma je v jiné části svého životního cyklu a od toho se odvíjí pohled na ni.



Mandelíci: V roce 2018 jsme ukončili projekt OPPPR, zrekonstruovali jsme prostory, nakoupili nové vybavení, rozjeli marketing, máme nové webové stránky, rozšířili nabídku služeb zákazníkům o svoz a odvoz prádla.

V roce 2019 jsme se potýkali s technickými problémy u nového vybavení, pořídili novou průmyslovou pračku. Tři čtvrtiny roku byli ukryti pod plachtou, když se předělávala fasáda na domě, kde jsme v nájmu, a bojovali s prašností z rekonstrukce. Počátkem roku byli vykradeni... Ale zdá se, že se vše koncem roku začíná stabilizovat. Od srpna dosahujeme rekordních obrátů.

Prímý hospodářský výsledek očekáváme v kladných číslech, ale nižších oproti původnímu předpokladu (dáno doběhem leasingu na auto, investicemi do pračky, nižšími výnosy oproti očekávání na začátku roku z důvodu rekonstrukce fasády).

Myslím si, že se nám firma dostává na hranici své kapacity, a tak se v současnosti zaměřujeme na zlepšení efektivity. Pomalu přemýšlíme: Kam dál expandovat?



U Krejčíků: Na jaře se nám podařilo sehnat další prostory a tím částečně vyřešit totální zaplněnost dílny na náměstí Karla IV.

V nových prostorech nabízíme nové služby – opravy oděvů, šijeme zde oděvy na zakázku a dětské oblečení pro e-shop. Ale start je pomalejší než jsme čekali.

Loni jsme začali spolupracovat s novými odběrateli, letos jsme navýšili množství práce pro ně. Pracujeme jako draci. Opět narážíme na kapacitní problémy.

Řešíme nákladovost činností a v současnosti jednáme s naším největším odběratelem o úpravě cen. Držte nám palce, není to snadné. Prímý hospodářský výsledek bude asi nejlepší ze všech tří firem, ale podobně jako u Mandelíků nižší oproti původnímu rozpočtu (dáno zejména nájmem v nových prostorech a nesouladem v dodávkách největšího odběratele).



Zahrada: rok 2019 skončí asi v lehkém plusu. Sháníme dalšího šikovného zahradníka, abychom mohli realizovat více zakázek. Koncem roku se nám podařilo přijmout nové, šikovné pomocné zahradníky a tak jim držím palce, aby jim to vydrželo!

Příští rok se chceme vrhnout na marketing a aktivně podpořit Zahradu.

Co nás brzdí? Firmy nám rostou, výnosy se nám každým rokem zvyšují (letos Mandelíci + 200 tis., Krejčíci + 200 tis.), na druhou stranu nám rostou mzdové náklady vlivem povinného růstu minimální mzdy, který není kompenzován vyšší podporou z úřadu práce. Rostou nám tedy mzdové náklady a růst našich výnosů nestačí toto zcela pokrýt. Nebráníme se růstu mezd, ale jejich povinné plošné navýšení všem, snižuje motivaci našich šikovných pracovníků, kteří provoz častokrát táhnou. Raději bychom investovali do vybavení a významně podpořili šikovné zaměstnance a tohle tomu brání. A to mi vadí.

Co nového čeká firmy v roce příštím? Mluví se o „vyvádění“ z Fokusu? Proč dochází k této změně?

Začnu trochu oklikou: V roce 2019 jsem byl 8 měsíců nemocný. Po dobu nemoci jsem byl

v telefonickém a písemném kontaktu se svým zázemím, jednotlivými firmami. Velmi mne potěšilo, jak se s mou nepřítomností vypořádaly. Osobně vidím, že nám firmy dospěly, jsou velmi samostatné, schopné řešit vlastní problémy, a to je i jedním z kladných důvodů při našich úvahách o jejich osamostatnění.

Od vyvedení očekávám větší volnost a pružnost při rozhodování. Myslím si, že větší odpovědnost s sebou přinese motivaci. Motivaci pro lepší fungování, a to povede k růstu firem. Být součástí Fokusu je na jednu stranu dobré v tom, že v nesnázích čerpáme pomoc a podporu od mateřské organizace, někdy nás to ale brzdí v rozvoji. Množství rozhodnutí je třeba dělat okamžitě, někdy intuitivně, aktivně se přizpůsobovat vnějším podmínkám, a tomu by měla samostatnost pomoci.

V současnosti se snažíme zvýšit obrát, pracujeme s cenami a jednou z možností jak zlepšit hospodářské výsledky je nabídnout naše služby a výroby firmám, které nezaměstnávají povinný podíl osob se zdravotním handicapem (tzv. náhradní plnění). Toto je pro velkou řadu sociálních firem významným zdrojem příjmů. V případě vyvedení jej budeme, na rozdíl od současnosti, schopni nabízet. Myslím si, že to k nám přivede nové zákazníky, partnery.

Jak se na to připravujete? Bude to něco znamenat pro zaměstnance, kteří pracují na chráněných místech ve firmách?

Doposud to bylo hlavně o sbírání informací. Byli jsme se podívat ve Fokusu Tábor a Vysočina, kde si tímto procesem prošli už před lety a kde jim firmy velmi úspěšně fungují.

Počítáme s tím, že od nového roku začneme dělat administrativní kroky, které povedou ke vzniku nového s.r.o. Chtěli bychom, aby někdy od srpna naše firmy již fungovaly pod hlavičkou nové společnosti.

Pro stávající zaměstnance by se nemělo nic podstatného měnit. K 31. 7. 2020 by jim měl skončit pracovní poměr ve Fokusu Praha z.ú. a měli by přejít do nového s.r.o.

Plánujete v Centru sociálních firem nějaké další změny v roce příštím? Někáké další podnikatelské projekty?

Jak jsem již uvedl: Průběžně hledáme pro Mandelíky další prostory, kam by mohli expandovat.

U Krejčíků nás čeká rozjezd v nových prostorech a více šití pro zákazníky. Zvažujeme vlastní výrobu.

Zahradu chceme posílit o další pracovníky, rozjet marketing, nabízet více naše služby městskému částem a větším odběratelům.

Hlavně se chceme postavit na vlastní nohy. Pevně věřím, že už naše firmy nejsou malým dítětem, které se teprve učí chodit, ale dospělým člověkem, který odchází z domu (Fokusu) budovat svou vlastní kariéru.

Jiří Novák, ředitel sociálních firem Fokusu Praha



KOMUNITNÍ TÝM Kladno A CENTRUM STŘEDNÍ ČECHY

Od začátku roku 2020 nás čekají novinky, které se týkají Centra Mělník a Dolní Povltaví. Ředitele Václava Vopata jsme se zeptali na podrobnosti.

Ve tvém centru se rodí úplně nový komunitní tým. Můžeš nám ho představit?

Jedná se o nový a unikátní Komunitní tým Kladno. Ten bude od ledna 2020 poskytovat terénní služby v oblasti Kladenska, postupně možná v celém okresu. Tým bude zároveň poskytovat službu chráněného bydlení, budeme mít k dispozici 2 až 5 lůžek. Součástí služeb bude také denní centrum. Bude to místo setkávání, prostor pro navazování vztahů, posilování sociálních dovedností a podobně. Naší ambicí je vybudovat multidisciplinární tým s parametry CDZ. Sídlíme v neuvěřitelných a skvělých prostorách o velikosti asi 300 m², nedaleko centra, autobusového nádraží a polikliniky. Tým je unikátní tým, že se skládá ze sociálních pracovníků dvou organizací. To je myslím unikát minimálně střeoevropský. Spolu s Fokusem Praha ho zakládá spřátelený spolek Baobab.

Jde, jak jsi sám říkal, o unikátní propojení dvou především „sociálních“ neziskovek. Jak a proč k tomu vlastně došlo?

Důvodem vzniku společného týmu je to, že Baobab v lokalitě již působil, ale poskytoval jen ambulantní služby a měl malý počet pracovníků. Fokus umí poskytovat skvělé terénní služby a je lépe navázán například na Psychiatrickou nemocnici Beřkovice a struktury Střeoevropského kraje. Spojili jsme tedy síly. Je to administrativně hodně náročné a složité, ale stojí to zato.

Moc zároveň děkuji všem, co se do budování týmu zapojili. Zejména Niké Christodulu, umí na rozdíl ode mě myslet i na detaily a vkládá do budování hrozně moc energie.

V souvislosti s tím dojde i k přejmenování organizační složky Fokusu Praha – Centra Mělník a Dolní Povltaví. Koho a jak se tato změna dotkne?

Velká říjnová revoluce proběhla začátkem listopadu. Centrum Karlín sídlí v Holešovicích.

Komunitní tým Břevnov poskytuje služby v Řepích. Nám na vsi se to zdá složité a bolí nás hlava, když na to myslíme. Aby nás nebolela ještě víc, nechtěli jsme přenést Kladno ani do Mělníka, ani k Vltavě. Budeme se tedy jmenovat Centrum Střední Čechy. Změna názvu se ovšem nikoho významně nedotkne. Názvy jednotlivých sociálních služeb i názvy komunitních týmů zůstanou zachovány.

To jsou všechny změny ve tvém centru?

Vypadá to, že budeme s PN Bohnice budovat centrum duševního zdraví pro region, kde teď působí Komunitní tým Dolní Povltaví. Bude to pravděpodobně znamenat, že část současného týmu bude integrována do CDZ a to bude poskytovat služby pro oblast Brandýska. Druhá část zůstane dočasně jen terénní sociální službou pro oblast Odolena Voda. Navíc bude obstarávat služby v chráněných bytech v regionu. Vzhledem k rozdělení týmu a přijetí zdravotního personálu budeme pravděpodobně pronajímat další kanceláře a zázemí pro tým. Jednou z pravděpodobných variant je, že by zázemí bylo i v Brandýse. Začínat budeme ale nejspíš ve stávajících prostorách v Bořenovicí ulici. Bude to každopádně velká výzva.

A chystáte v příštím roce ještě něco dalšího?

Vypadá to, že součástí týmu v Mělníku se stanou na částečný úvazek zdravotní sestry z PN Beřkovice. Z počátku jen na jeden den v týdnu, uvidíme, jak se podaří využít synergie. V Mělníku každopádně skvěle běží projekt Multidisciplinární tým Vyhlídky, v týmu tedy již máme na malé úvazky místní psychiatry, zdravotní sestru, rodinného terapeuta.



ZE ŽIVOTA FOKUSU

FOKUS PRAHA NA FESTIVALU NA HLAVU

Ve dnech 6. – 9. 2. 2020 se v Městské knihovně na Mariánském náměstí uskutečnil v pořadí již 4. ročník festivalu Na hlavu. Ten prostřednictvím filmů doplněných přednáškami odborníků, semináři a dalším doprovodným programem přiblížil široké veřejnosti odborná témata úzce související s duševním zdravím či výzkumem mysli a mozku. Festival pořádá každoročně Národní ústav duševního zdraví.

Letos bylo díky Fokusu Praha na festivalu možné shlédnout také českou premiéru chorvatského dokumentárního filmu Susjedi – Sousedé. Snímek, který získal řadu mezinárodních ocenění, zachycuje lidi s duševním onemocněním na jejich cestě z institucionální izolace zpátky do běžného života.

Projekce filmu proběhla v sobotu 8. 2. a následovala debata za účasti režiséra a producenta snímku Tomislava Žaji a spoluzakladatele i někdejšího dlouholetého ředitele Fokusu Praha Pavla Nováka.

V předšálí bylo možné po celou dobu festivalu shlédnout výstavu z produkce České galerie, sociálního podniku Fokusu Praha, zveřejňující výtvarná díla autorů se zkušeností s duševním onemocněním s názvem Duše jako múza.

V doprovodném programu se představili literáti s pásmem autorského čtení, které nazvali „literáti na oprátce normality“. Se svými texty tu vystoupili: Věra Dumková (1969), Tereza Horká (1993), Kateřina Málková (1980), Pavel Oulík (1983), Tereza Saxlová (1972), Martin Šaffek (1973), Tomáš Vaněk (1982).



PEEŘI V PAŘÍŽI

Kromě Notre Dame dotčené velkým požárem a kromě Eiffelovy věže dotčené lednovým sluncem měl náš kolega Michal Kašpar ze Studia 27 možnost koncem ledna vidět i francouzské (spojené!) ministerstvo sociálních věcí a zdravotnictví. A především konferenci, kterou zde měli peer pracovníci z francouzsky mluvících zemí a (díky Michalovi) z České republiky. Na pozvání organizátora AFMSP (Frankofonní asociace peerských mediátorů zdraví) a jejího předsedy Philippa Maugirona měl Michal možnost zde něco říci o aktuálních výzvách peerské práce v Česku. Dojalo ho velké množství účastníků, zápal v diskusích a výborná nálada peerů, kteří se točí nejen okolo duševního zdraví – včetně závislostí, autismu – ale i zdraví tělesného.



PEERSKÁ KONFERENCE V LANDAU

Ve dnech 25. a 26. září proběhla peerská konference Empowerment Seminar v německém Landau in der Pfalz. Za Fokus se zúčastnila kolegyně z Klubu Mosty Jana Pekárková, která říká: „Bylo tam plno zajímavého, mne asi nejvíce zaujalo téma Peer práce 2.0. Kdo chce, může si položit otázku: „Jak by měla nebo mohla vypadat peer práce, kdyby zde nebylo žádné omezení?“ Neméně mne zaujalo zapojení „osobních ombudsmanů“ (personal ombudsman), kteří jsou ve Švédsku, a jejich působení bylo tak úspěšné, že se rozšířili po celém Švédsku. Přeju peer práci i ostatním službám, aby se jim dařilo i nadále a těch omezení bylo co nejméně :).“



SPORT A DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

Takto se jmenuje nový kurz, který byl zahájen v lednu a bude pokračovat až do května 2020. Základním cílem kurzu je vyškolení odborníky z oblasti tělovýchovy, pohybových aktivit a sportu tak, aby získali dovednosti potřebné k zapojení a práci v organizacích poskytujících podporu lidem s duševním onemocněním. Pilotní běh kurzu probíhá současně v Řecku, Itálii, Španělsku, Belgii a v ČR a je součástí mezinárodního projektu Advanced Skills for Active Living (ASAL). První studenti všech kurzů přispějí svou zpětnou vazbou na finální podobu vzdělávacího programu, který bude variabilní – jak pro VŠ, tak pro celoživotní vzdělávání.

Projekt je financovaný z programu Erasmus+ Sport a u nás ho realizuje Fokus ČR, z.s.

NEŠKATULKUJME NA CESTÁCH

Naše originální destigmatizační kampaň „Neškatulkujme“ putovala z Ústřední vojenské nemocnice (kde byla k vidění od října do konce listopadu) do Brna, do budovy kanceláře veřejného ochránce práv, kde byla dostupná návštěvníkům ombudsmanky do poloviny ledna.



ATELIER FOKUS ART ŽIJE

Centrum Břevnov Fokusu Praha realizuje od roku 2018 projekt zaměřený na volnou uměleckou tvorbu v ateliéru. Kreativní aktivity z oblasti výtvarného umění, divadla či hudby jsou určeny pro širokou veřejnost a jsou zcela zdarma.

Nejedná se nicméně o terapii, jak by se mohlo na první pohled zdát, ale o ryze volnočasové aktivity v příjemné společnosti, při nichž mohou účastníci hledat nové směry vlastní kreativity, hrát si s tématy, slovy, výtvarným materiálem, prostorem. Setkání jsou postavena tak, aby se do nich mohli zapojit i lidé s omezenou mobilitou, poruchou motoriky nebo sníženou komunikační schopností.



Pod vedením zkušených lektorů, Jitky Řenčové (arteterapeutka, všestranná výtvarnice, restaurátorka se zkušeností s vedením šicí dílny), Štěpána Smolíka (dramaterapeut, psycholog, režisér, dramaturg, herec a autor např. v divadle Ujeto, hráč na akordeon a klavír) a Hedviky Hrychové (psychoterapeutka a projektová koordinátorka, autorka komiksu v časopise Psychologie Dnes, hráčka na violoncello a flétnu), proběhlo v loňském roce celkem 16 setkání v rámci dvou tematicky laděných běhů – jarní s podtitulem Celý svět je jeviště a podzimní s podtitulem V obraze.

V letošním roce by měl Atelier Fokus Art zahájit svou činnost na konci dubna, pokud na něj ovšem Magistrát hl. m. Prahy poskytne finanční příspěvek. Jinak by nebyla zaplácena ani práce lektorů, ani výtvarný materiál, který mají účastníci k dispozici. Snad to tedy vyjde i v tomto roce. Aktuální informace a program můžete sledovat na webových stránkách Fokusu Praha.

ENALMH A MISTROVSTVÍ V HÁZENÉ

EHF EURO se stává platformou pro zvýšení povědomí o duševním zdraví! ENALMH – Evropská síť aktivního života pro duševní zdraví se stala partnerem házenkářského mistrovství. Více si přečtete na stránkách mistrovství: bit.ly/2U2Bwdc

Jedním ze zakládajících organizací sítě ENALMH je Fokus ČR a jejím aktuálním viceprezidentem je Jan Drobný, manažer Fokusu Praha.



POMÁHALI JSTE POHYBEM ČESKÝM GALERIÍM

Na podzim jste mohli sportovat s aplikací Nadace ČEZ Pomáhej pohybem a podpořit tak projekt Fokusu Praha Umění pro duševní zdraví, který je zaměřen na podporu naší redakce České galerie.

Vaši energie se vyplatila – Nadace ČEZ ji přepočítala na rovných 100 000 Kč, které podpoří udržitelný chod redakce České galerie a realizaci výstav a doprovodných programů Skupiny F. DĚKUJEME!

POTRAVINOVÁ SBÍRKA – TUNA POTRAVIN PRO KLIENTY!

Naši kolegové se zúčastnili listopadové sbírky potravin. Takto jste je mohli potkat v Tesco na Národní třídě, kde celý den neúnavně komunikovali a vybírali, třídili a převáželi potraviny, které darovali občané. Moc děkujeme!

Všechny vybrané potraviny budou sloužit klientům Centra Podskalí, kteří se ocitnou ve hmotné nouzi.



17. ROČNÍK PŘEDVÁNOČNÍHO FOKUS CUPU

Na sklonku loňského roku, v neděli 15. 12. 2019, se uskutečnil již 17. ročník tradičního předvánočního fotbalového turnaje FOKUS CUP. I tentokrát se fotbaloví nadšenci z řad zaměstnanců komunitních služeb i jejich klientů sešli v hale gymnázia Františka Palackého v Neratovicích. Začátku turnaje předcházelo sobotní vystoupení legendy neratovického electro-punku, kapely Pedro ZaKatchku v restauraci na hřišti.

O vítězství v turnaji bojovalo celkem 6 týmů – CDZ 1, CDZ 2, Baobab, Fokus Mladá Boleslav, Hajlendři z Vysočiny a Red Cross Kickers z německého Plattlingu, kteří nakonec zvítězili. Fokusácké týmy se umístily na 4. a 6. místě.

Letošní fotbalová sezóna bude zahájena v únoru turnajem v rakouském Steyeru. V březnu bude následovat turnaj v Plattlingu a vrcholem budou dva zahraniční turnaje – v červenci EASI CUP v nizozemském Amersfoortu a říjnový turnaj v Andaluzii. V červnu se také můžete těšit na 3. ročník turnaje OSMÍČKA CUP, který Fokus Praha pořádá ve spolupráci s MČ Praha 8.



STUDIO 27 DOPORUČUJE:

Hostem naší poslední besedy Moje cesta ze schizofrenie se stal Jindra Jašík autor stejnojmenné knihy. Moje cesta ze schizofrenie je svéráznou výpovědí přeživšího vnitřní peklo projevů šílenství.

Jindra si našel svoji vlastní cestu. Cestu sebeléčby z osobního a společenského prostředí plného bludů a halucinací ke spokojenému smysluplnému životu s rodinou a bez léků.

MLČENÍM K TRVALÉ INVALIDITĚ Z úhlu pohledu Tomáše Vaňka

Přístupy jako Otevřený dialog, které se pokouší rozkrýt hlubší kořeny psychické nepohody u každého konkrétního člověka, se mohou na první pohled jevit jako humánní a revoluční, skandálně jednoduché, a přitom plně funkční. Respekt k životnímu kontextu jednotlivce, naděje, rovnost a partnerství, jsou jeho vlajkovými loděmi. Také u nás se mnoho terapeutů a sociálních pracovníků školí k práci tímto způsobem, zapomínají na svou odbornost a vrhají se do spekulativních vod bez člunu medikace a kotvy hranic či správně nadřazené profesionality. K čemu to může vést? Zjednodušeně řečeno, mohlo by se Otevřít něco, co je velmi nebezpečné. Pandořina skříňka nejen osobních, ale i společenských traumat. Zneužívání, šikana, glajchšaltování kolektivem, ekologické problémy, duchovní vyprázdněnost, to všechno by se mohlo snadno přihodit do kotlíku, z něž by vycházely nehezské výpary a pravdy bychom se v něm stejně nedopátrali. Naopak, uvědomme si, co pro nás dělá psychiatrie, když všechny tyto nestvůrnosti onálepkuje diagnózou. Mlčení a trvalá invalidita, s níž bývá nezřídka spojena i pěkná penze, život mimo toxickou společnost v blahobytu a posvátném klidu blázince, to vše se nabízí těm, kteří onemocněli touhou vykřikovat něco do světa. Nabízí se jim to natolik rázně a pod pohružkou, že nakonec přijmou. A proč by ne? Sociální pracovníci, terapeuti i pečeři by se proto měli soustředit na to, aby hráli co nejlépe druhé housle ve stávajícím systému, který je navržen od věků s takovou rozumností

a opravdovostí, že si ji jednotlivec snad ani nemůže v celé její grandiozitě představit. Podobně jako otevírat stovky let starou konzervu neslibuje chutný oběd, není ani přístup Otevřeného dialogu vhodným způsobem, jak transformovat nemocnice a s nimi spojené lékařské povolání. Nutně by totiž došlo k poškození hranic mezi normalitou a abnormalitou, znamenalo by to relativizaci (a nikoliv revitalizaci) hodnot, které zastáváme, znamenalo by to i hnilobné nebo trávící procesy, znamenalo by to zvracení běhu dějin, znamenalo by to nutně také boj o moc v nově nastalých ne-pořádcích. Zeptejte se lidí v nemocnici, jestli stojí o Otevírání starých bolestí. Zeptejte se jich, kdo se na nich dopustil bezpráví, a zjistíte, že to nebyla společnost, ani rodina, ani psychiatrie, ale že to byli oni sami, kdo nezatáhli včas za záchranou brzdu. Psychiatrie je autoškolou pokojného života, psychiatrie ví, kdy dupnout na brzdu a kdy přidat plyn. Ví, kdy je možné plynout s proudem, a kdy je možné nějak vybočit. Psychiatrie je tabu a tajemství, které bychom se měli naučit nejprve ctít, než do něj budeme chtít šťourat. Teprve až ji pochopíme, můžeme navrhnout účinná opatření, jak ji případně zreformovat nebo posunout o krok vpřed. Vést Otevřený dialog se šílenstvím může naproti tomu jen nezaboh, hazardér nebo anarchista. Otevřený dialog je totiž pokusem zlikvidovat posvátné, je pokusem zbořit chrámy, pokrytecky se však vydává za zbožného poutníka, místo aby přišel s hořící pochodní vzpoury.

NEJLEPŠÍM LÉKEM JSOU PŘÁTELÉ

Z předmluvy Willa Halla ke knize „Nejlepším lékem jsou přátelé“, kterou jsme v českém překladu vydali v rámci Týdnů pro duševní zdraví a která je ke stažení na stránkách Fokusu Praha.

...Je třeba, aby se komunity poskytující podporu peerů staly výrazným zdrojem širší sociální změny. Musíme hovořit o bezdomovectví, dopadech války, boji proti drogám, ekonomické nerovnosti a chudobě, rasismu a právech běžných občanů. Musíme mluvit o tom, že společnost, v níž vládou pokřivené zájmy elit, nemůže lidem nikdy poskytnout skutečnou péči o duševní zdraví. Budoucnost vzájemné podpory v oblasti duševního zdraví tkví ve změně společnosti. V našich podpůrných skupinách se lidé scházejí, aby si tam povídali o sebevražedných myšlenkách nebo o vysazení léků, o tom, že přišli o práci, nebo o svých konfliktech se členy rodiny. Lidé se tam scházejí, aby si vzájemně naslouchali, aniž by jeden druhého odsuzovali. Společně zkoumáme bolestné duševní stavy, kvůli nimž se přerušuje naše spojení s realitou. V našich diskuzích se znovu a znovu objevuje jedno téma: zneschopňování.

Potřebujeme novou strategii zaměřenou na opětovné zplnomocnění, na to, abychom měli právo mluvit za sebe před celou společností, aby se obecně připouštělo, že na určité úrovni cítíme všichni jistou společenskou tíseň a že je v našich silách (tedy v silách celé společnosti) kořeny této tísně odhalit. Budoucnost vzájemné peer podpory vedené přeživšími je v tom, že zboříme zeď mezi námi a jimi a všechny přesvědčíme, aby spolu otevřeně hovořili o utrpení, které prožíváme v izolaci. Potřebujeme hovořit o tom, že můžeme pozvednutím svých hlasů změnit společnost, potřebujeme novou vizi, potřebujeme všem ukázat, kdo doopravdy jsme – odhalit svou bolest a stud, ale i svou sílu a svobodu.

A potřebujeme, abyste se k nám přidali.

Will Hall





Autor díla **Cristian Del Risco** (člen Skupiny F)

Akuko

Vydal **Fokus Praha, z.ú.**
Praha, únor 2020
Grafická úprava **Royalie**
Redakce **Eva Čížinská, Jiří Hovorka**
Kontakt pr@fokus-praha.cz



www.fokus-praha.cz

