

PRAŽSKÉ FOKUSOVINY

Informační magazín Fokusu Praha



30. číslo • vydáno 19. 9. 2018

Milí čtenáři Fokusovin,

Přinášíme vám další dávku informací z Fokusu a nejen z něj. Hlavním tématem těchto dní je spolupráce, provazování aktivit, sdílení, spojování, růst ale i přeměna a změna. Přizvali jsme silného partnera k nejstarší destigmatizační a osvětové kampani Týdny pro duševní zdraví – Národní ústav duševního zdraví. Pavel Novák se spojuje s ministerstvem a bude prosazovat reformu z pozice regionálního konzultanta, to sice přinese změny ve Fokusu, ale reforma získá silného hráče. Otevíráme nové CDZ pro Prahu 9 ve spolupráci s PNB. Abychom to zvládli, bude Fokus lépe pečovat o své lidi, máme na to novou HR konzultantku. Stále se jezdíme učit do zahraničí. Tradičně nás inspiroje Terst, díváme se, jak ve světě používají metodu zaměstnávání IPS, díky spolupráci se skotskou Penumbrou zavádíme do našich služeb I-Roc. Jedeme s klienty sportovat do Atén, zúčastnili jsme se

mezinárodního projektu o sportu a duševním zdraví MENS. Vydáváme český překlad knihy kalifornského odborníka na recovery Marka Raginse. Protože budou komunální volby, připravili jsme společně s dalšími neziskovkami dokument se základními tezemi Praha pro všechny.

Je toho opravdu hodně, naštěstí cíl a smysl snažení zůstává a je konzistentní už od chvíle, kdy vznikl Fokus – chceme co nejlíp podporovat lidi s duševním onemocněním, chceme aby úspěšně proběhla reforma psychiatrické péče.

Přeju nám všem, ať v tom bujném kvasu neztratíme orientaci a vám při čtení Fokusovin příjemné a inspirativní chvíle.

Eva Čížinská

CO NOVÉHO V REFORMĚ PSYCHIATRICKÉ PÉČE?

Zeptali jsme se tentokrát Pavla Nováka, generálního ředitele Fokusu Praha.

Myslím, že je konečně v Reformě něco viditelného. V červenci se rozeběhlo prvních 5 pilotních CDZ. Současně se rozbíhá proces transformace nemocnic – vznikly transformační týmy, které připravují první verze transformačních plánů. V psychiatrických nemocnicích také probíhá hodnocení kvality péče zaměřené na naplňování práv. Tvoří se regionální plány sítě služeb. A postupně se reforma začíná týkat i dalších cílových skupin – lidí se závislostmi, seniory s kognitivním deficitem nebo děti s obtížemi v duševním zdraví. A také se nyní více rozjíždí projekt destigmatizace – různým vzděláváním i konkrétními destigmatizačními akcemi.

A pak mám jednu osobní novinku, která úzce souvisí s reformou. Rozhodl jsem se zapojit do reformy intenzivněji a stát se regionálním konzultantem pro Prahu. To prakticky znamená, že nebudu nadále moct být statutárním orgánem, tedy tím, kdo může jednat za Fokus Praha. Pro mě osobně je to velká změna, že po 25 letech bude tuto roli zastávat někdo jiný.

Co k tomu vedlo?

Cítím, že nyní je čas, kdy je nutné vložit do reformy co nejvíce energie. Důležité je to, že evropské granty pro reformu končí v roce 2022 a myslím, že je nezbytné, aby do té doby byla změna systému tak daleko, aby se nedala vrátit nebo zastavit. Z role ředitele Fokusu Praha není tak úplně možné vytvářet systém, kde není jen Fokus. V roli konzultanta budu mít prostě na reformu větší vliv i více času. To znamená, že bych chtěl pomoci s transformací Psychiatrické nemocnice Bohnice,

**SNAD
TO NEBUDE
MISSION
IMPOSSIBLE!**

to je velký a složitý počín. Vedle toho je nutné současně vytvářet systém služeb a péče v komunitě. Toto musí být procesy propojené kvalitní a efektivní spoluprací pracovníků nemocnice a komunitních služeb. Věřím, že to budu moct dělat lépe z pozice toho, kdo plánuje a kdo podporuje všechny bez osobních preferencí a zájmů.

Co tě v reformě čeká nejdřív?

Budu se potkávat s poskytovateli péče, zástupci Prahy, představiteli městských částí, s pojišťovnami, s uživateli péče a jejich rodinnými příslušníky s cílem nastavit nový systém péče co nejlépe.

A také jsme se domluvili s Renatou Žabovou, která odpracovala v tvorbě pražské sítě strašně moc a teď se posune na Stře-

dočeský kraj, že

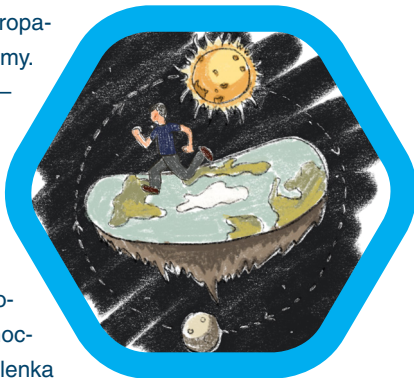
budeme Prahu a Středočeský kraj dělat spolu v tandemu. Protože se zde péče prolíná, spád služeb zasahuje často obě oblasti, dopravně i administrativně je to hodně propojené.

**A také
slovy Matěje
Kuděje: ve dvou
se to lépe
táhne**



Co je v reformě nejdůležitější?

Je potřeba stále střežit, hájit a propagovat ten esenciální smysl reformy. Není to o změně skladby služeb – je to především o změně základního přístupu, celkového paradigmatu. Lorenzo Toresini to přirovnával ke koperníkovské revoluci. Prostě sdílet nesporný fakt, že vše se má točit kolem člověka a nikoliv člověk kolem nemocnic a dalších institucí. Tahle myšlenka musí být stále stěžejní.



Co Fokus? Jak se vyrovná s tvým odchodem z pozice generálního ředitele?

Fokus je dospělá organizace. Má dobře nakročeno k budování dalších center duševního zdraví. V současnosti tu máme dva funkční týmy s parametry CDZ – Podskalí a CDZ 8. Právě se rozbíhá CDZ 9 a připravuje se CDZ na Praze 6. Věřím, že Fokus pojede dál stejným směrem a bude dál na čele v poskytování služeb pro lidi s duševním onemocněním.

Kdo bude novým generálním ředitelem?

Ředitele jmenuje rada Fokusu Praha a jednání s radou bude probíhat v průběhu září. A samozřejmě nějakou dobu budu vše předávat, aby to neohrozilo stabilitu Fokusu Praha. Ale jméno v tuhle chvíli říct neumím.

Na co jsi za sebe ve Fokusu nejvíce hrdý?

Jsem rád, že Fokusu se daří držet stále stejný smysl, jasný cíl – podporovat lidi s problémy s duševním zdravím – s respektem, individuálně a citlivě. Podporovat je tak, aby mohli uplatňovat své přednosti, naplňovat své role i své aspirace. Je pro nás zkrátka na prvním místě člověk. V tom jsme konzistentní od samého začátku Fokusu. A umět naslouchat klientům, to je totiž velmi inspirující.

Zároveň se nám daří nasávat inovativní věci ze zahraničí – jako je směr zotavení, Otevřený dialog nebo metodu IPS a aplikovat je v našich službách. Daří se nám rozvíjet služby v oblasti bydlení, zaměstnávání, denních aktivit, kluby, rozvíjet služby v komunitě a do komunity co nejvíce vrostlé. Podařilo se nám vyjít víc do terénu a spolupracovat v multidisciplinárních týmech.

Vždy jsem považoval za klíčové spolupracovat s ostatními službami a neizolovat se. Považuji za velký úspěch, že jsme schopni provázet naše služby s dalšími subjekty. Fokus má dnes dva funkční týmy spolu s bohnickou nemocnicí. Další se rýsuje s ÚVN ve Střešovicích a psychiatrickou klinikou Ke Karlovu. Dohromady 4 týmy - to považuji za naprosto výjimečné.

A to jsou úspěchy celého Fokusu, všech, kteří ve Fokusu pracují, na jakékoli pozici i těch, kteří Fokusu pomáhají.

Těm všem patří ode mne obrovský dík.

**Prostě lidi ve
Fokusu jsou skvělí
a byla to parádní jízda!**

ALIANCE 2018 – PRAHA PRO VŠECHNY

Začátkem léta jsme se spojili se čtyřmi dalšími poskytovateli sociálních služeb v Praze a založili Alianci 2018. Společně nabízíme řešení sociální a zdravotní politiky zaměřené na seniory a lidi se zdravotním postižením. Klíčové principy jsme shrnuli do materiálu „Praha pro všechny“. Tyto teze nyní představujeme klíčovým politickým stranám vysílajícím své kandidáty do podzimních komunálních voleb. Věříme, že se nám právě v těchto dnech zvýšeného zájmu politických stran o voliče podaří vysvětlit některé stěžejní úkoly, do kterých by se hlavní město mělo co nejdříve pustit.

Jde nám mimo jiné o funkční propojení sociálních a zdravotních služeb, o zavedení pozice koordinátora pomoci a podpory, který jednotlivým lidem pomůže s uspořádáním každodenní péče a ulehčí tak i pečujícím rodinám, o to, aby veřejné služby a veřejný prostor včetně městského mobiliáře sloužily také znevýhodněným lidem a aby město začalo chytré technologie chytře využívat i v sociální péči.

Zakládajícími členy Aliance 2018 je pět organizací: **Fokus Praha** a **Bona** se věnují lidem s duševním onemocněním. **Rytmus**, podobně jako **Quip**, pracují zejména s lidmi s potížemi v učení, tzv. mentálním postižením. **Život 90** pomáhá lidem v seniorském věku.

Celý materiál ke stažení v aktualitách na

<https://www.fokus-praha.cz/index.php/cz/>

SLAVNOSTNÍ OTEVŘENÍ CDZ 9

Dne 20. září proběhne slavnostní otevření CDZ 9. Součástí akce bude tisková konference za účasti ministra zdravotnictví Adama Vojtěcha k zahájení činnosti prvních CDZ. Na akci jsou zváni všichni odborníci, kolegové z ostatních CDZ a samozřejmě zástupci místních služeb a představitelé regionu Praha 9 a Praha 18.

Prostory CDZ 9 vyzdobí reprodukce děl umělců Skupiny F.

Vznik CDZ 9 doplňuje síť center duševního zdraví Fokusu Praha (CDZ8, CDZ Podskalí a vznikající CDZ na Břevnově)

CENTRUM DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ PRO PRAHU 9 A PRO PRAHU 18

**Jsme společné pracoviště Fokusu Praha
a Psychiatrické nemocnice Bohnice.**

**Poskytujeme sociální a zdravotnické služby lidem
se závažnými či dlouhodobými problémy v oblasti
duševního zdraví, kteří žijí na Praze 9 a Praze 18.**

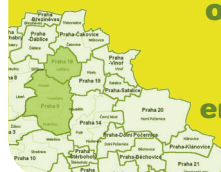
PÉČI ZAJIŠŤUJE MULTIDISCIPLINÁRNÍ TÝM:

**zdravotní a psychiatrické sestry,
sociální pracovníci, psychiatr, psycholog,
adiktolog, pracovní terapeut, peer konzultant.**

**Služby poskytujeme terénní a ambulantní formou.
Nabízíme individuální přístup s důrazem na podporu
silných stránek klienta.**

**Péče je dostupná v pracovní dny
od 9:00 do 19:00.**

**Tel: 734 785 106
email: info@cdz9.cz
www.cdz9.cz**



Každý muslim by měl alespoň jedenkrát za svůj život vykonat pouť do Mekky. Každý, kdo se pohybuje v oblasti duševního zdraví, by se měl alespoň jednou za život podívat do Terstu. Tedy ne povinně. Ale to osvětlení a duševní vzpruha stojí za to. A Terst je navíc velmi příjemné město kombinující středomořskou a rakousko-uherskou atmosféru. Snad jediný zádrhel nastává, pokud se potřebujete pohybovat úzkými uličkami v centru mikrobusem.

A když přijíždíte do Terstu na konferenci 40#180, pořádanou ke čtyřicátému výročí přijetí zákona číslo 180, tedy toho zákona, který odstartoval transformaci psychiatrické péče v Itálii, máte navíc jedinečnou možnost seřídít si svůj vnitřní kompas. Znovu si ujasnit, čím jsou změny v oblasti psychiatrické péče, které u nás probíhají, motivované, a kam by měly směřovat. A přemýšlet můžete začít hned nad možným rozdílným překladem italského a anglického podtitulu konference: „Democrazia e Salute Mentale di Comunità“, tedy doslova „Demokracie a duševní zdraví komunity“, nebo „Democracy and Community Mental Health Care“, neboli „Demokracie a komunitní péče o duševní zdraví“.

Je vlastně výhodou psát o konferenci s větším časovým odstupem. Jednotlivé vzpomínky se slily do celkových pocitů a dojmů, ze kterých vystupuje jen to opravdu podstatné. Určitě bylo možné vybrat si podle vlastního zájmu z přednášek a seminářů na jednotlivá odborná témata. Pro mě osobně byl velmi inspirující seminář o zavádění Otevřeného dialogu v různých evropských i mimoevropských zemích. Přednáška o specializovaných krizových službách v Terstu ukázala, že i místní systém, který máme někdy tendenci považovat za dokonalý, se dále proměňuje a rozvíjí. Určitě byly zajímavé reporty o probíhajících (a neprobíhajících) transformačních změnách v různých evropských zemích, kde se v čase a prostoru střídá nadšení a úspěchy se stagnací a deprese, jak to dobře známe z průběhu reformy u nás.

Ale nejvýraznější téma na konferenci přinesli především její účastníci s vlastní zkušeností s duševním onemocněním. Bylo úžasné sledovat jejich aktivitu a emancipovanost. Proces, který našťastí nastartoval i u nás, ale kde máme stále co dohánět. A tím tématem je uplatňování principů lidských práv v oblasti péče o duševní zdraví. Při všem našem přemýšlení nad kvalitou a efektivitou služeb (což je nepochybně důležité), máme někdy tendenci zapomínat, že úhelným kamenem našeho snažení by mělo být právě toto. Uplatnění prosté skutečnosti, že i člověk, kterého třeba zrovna přemohou jeho psychické problémy, je člověkem se všemi právy jako kdokoliv jiný, jak to v Itálii přinesl před čtyřiceti léty zákon číslo 180. A přesně to nás může posunout od úvah o komunitní péči o duševní zdraví k pohledu na duševní zdraví komunity.

Petr Hudlíčka



TÝDNY PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ 2018 – NOVÝ VZHLED – NOVÝ PARTNER – SPOJUJEME SÍLY



Týdny pro duševní zdraví mají letos nové logo a web! TDZ – nejstarší a nejúspěšnější destigmatizační událost v ČR – začal podporovat i tým projektu Destigmatizace Národního ústavu duševního zdraví a Iniciativa NA ROVINU. Díky této spolupráci vzniklo nové logo kampaně, vizuály TDZ a postupně se zrodila nová podoba webu s on-line přihláškou pro všechny akce. Společně tak máme větší sílu při celkové propagaci kampaně TDZ!

Letos se na podzim uskuteční již 29. ročník „týdnů“. I letos Fokus Praha, další Fokusy po celé ČR i další neziskovky a organizace, které podporují duševní zdraví, uspořádají celou škálu akcí pod hlavičkou TDZ.

Díky všem, co akce organizujete! Věříme, že se všichni společně zapojíme do šíření myšlenky „týdnů“ a že výstavy, besedy, setkání a kulturní programy přispějí k destigmatizaci lidí s duševním onemocněním.

Web www.tdz.cz opět propaguje všechny přihlášené akce! Zde najdete vizuály a loga ke stažení a volnému použití k propagaci všech akcí.



MINISTERSTVO
KULTURY

Babí léto 2018

Podzimní akce s destigmatizační tematikou zahájilo v předstihu tradiční Babí léto. Letos jste zde mohli potkat naše kolegy z Českých galerií společně s iniciativou Poezii žerem.



Důstojnost a lidská práva v současném systému psychiatrické péče

V rámci Festivalu demokracie, doprovodným programem konference Forum 2000, pořádáme diskuzi na téma - Situace v dodržování lidských práv lidí s duševním onemocněním v různých státech Evropy a u nás. Veřejná beseda se uskuteční na Světový den duševního zdraví - 10.10. od 19:00 v Divadle Inspirace.

Pozvání přijali: MUDr. Milena Černá, předsedkyně správní rady VDV – Nadace Olgy Havlové, Mgr. Zuzana Durajová - právnička Veřejné ochránčyně práv, Pavel Novák - ředitel Fokusu Praha, z.ú a předseda správní rady Fokusu ČR, z.s. Moderovat bude Břetislav Košťál ze Studia 27. Za podporu při realizaci děkujeme Magistrátu HMP.

Umění a (neuro)věda

Centrum Mělník a Dolní Povltaví uspořádalo veřejnou přednášku psychiatra, vysokoškolského pedagoga a ředitele Národního ústavu duševního zdraví v Klecanech Cyrila Höschla. Přednáška se uskutečnila v Masarykově kulturním domě v Mělníku, 10. 9. od 17:00. Pan profesor mluvil o významu umění a jeho roli ve vývoji lidstva.

Příběhy duše

Centrum Mělník a Dolní Povltaví připravilo pro návštěvníky čtyř kaváren ve svém regionu sérii příběhů skutečných lidí s duševním onemocněním. Portréty dávají nahlédnout do jejich životních osudů a peripetií. Poutavá "lepopřelá" budou k dispozici k přečtení v těchto kavárnách od 10. 9. do 10. 10.:

Café Fénix Sedláčkova 109, Čelákovice

Cukrářství u Vocásků Sedláčkova 1011/3, Čelákovice

Dvě vrány Masarykovo nám. 60/17,
Brandýs nad Labem-Stará Boleslav

KrisKros Café Masarykovo nám. 1960,
Brandýs nad Labem-Stará Boleslav

Beseda o přátelství

- přátelství zůstává i tam, kde končí láska

Pokud se vám zdá, že máte na facebooku stokrát víc kontaktů než skutečných přátel, je možná něco v nepořádku.

Klub Mosty pořádá besedu na téma přátelství s Monikou Švehlovou.

Beseda se uskuteční v KD Krakov. Termín bude upřesněn. Sledujte FB a web.

Výstava Zuzka Šenkýřová a Poezii žerem

Výstava v prostoru Fokusu Praha a intervence do přilehlého prostranství je kompozicí básní a obrázků. Omalovánky Zuzky Šenkýřové doplňují verše pacientů Psychiatrické nemocnice Bohnice, které zazněly na festivalu Babí léto. Najdete je zde od 13. do 26. září.

Výstava Vnitřní dialog

Výstava autorů, z nichž někteří studovali na uměleckých školách, je pestrá. Uvidíte díla s rozmanitými rukopisy a různorodými výtvarnými technikami - akvarel, pastel, grafika, fotografie, počítačová grafika aj.

U některých autorů je tvorba výsledkem pozorování a objevování světa kolem, u jiných spíše introspekci vlastních myšlenek a pocitů.

Co všechny autory děl spojuje, je potřeba výtvarně se vyjadřovat, tvořit. Všichni umělci této výstavy současně čelí problémům v oblasti duševního zdraví.

Výstava bude k vidění od 10. 9. – 27. 9. v MKD v Mělníku

Zažít město jinak

Opět budeme "zažívat město jinak" - letos najdete naše kolegy společně s jejich sousedy na této oblíbené komunitní slavnosti v sobotu 15. 9. Sledujte FB a web akce.

Ukázka arteterapie

Ukázku arteterapie představí Lenka Mlejnková v Komunitním centru "Ne-sedím, sousedím" na rohu Sartoriovy a Anastázovy ulice. Lektorka seznámí účastníky s možností, jak využít arteterapii pro svou sebereflexi. Akce se koná ve středu 19.9. od 18 do 19:30 hodin. Přijďte!

Dokument a beseda

Centrum Karlín ve spolupráci s KineDokem uspořádá promítání dokumentu Nic jako dřív. Trailer k vidění **zde:** <https://kinedok.net/cz/films/detail/8>. Následovat bude beseda pro místní středoškoláky.

Kreativita v péči o duševní zdraví

V Centru Břevnov se uskuteční 11. 10. zážitkový program pro odbornou veřejnost na téma Kreativita v péči o duši. Připraveny jsou workshopy a ochutnávky nejružnějších terapií.

Parník

Týdny pro duševní zdraví jako každoročně zpestří výlet parníkem po Vltavě, kde se potkáme s lidmi ze všech Fokusů v ČR.

Vyplouváme 3.10. v 16:00 od Čechova mostu.

Už se těšíme na viděnou!

Fokus Praha bude opět představovat destigmatizační kampaň na pražském Výstavišti v rámci Designbloku. Tentokrát jsme se spojili s iniciativou NA ROVINU a ideou tohoto projektu je: Pojďme mluvit o duševním zdraví NA ROVINU. Týká se nás všech. Někdy jsme nahoře a někdy dole. Ztratit rovnováhu může každý. Není to ostuda ani důvod k diskriminaci. Tak přijďte si k nám přisednout na řeč 25. – 29. 10. 2018. Těšíme se na Vás!

des- ignblok 18

PŘEDNÁŠKY O DUŠEVNÍM ZDRAVÍ

Pro veřejnost pořádáme v Denním sanatoriu na Břevnově 12 přednášek o duševním zdraví.

Přijďte vždy ve středu od 17 do 18:30 hodin, začínáme 26. 9. 2018.

Díky podpoře Magistrátu **vstup zdarma.**

Přednáškou a diskuzí provází Mgr. Barbora Hrdličková, každé téma má na starosti zkušený odborník – psychiatr, psycholog, psychoterapeut, soc. pracovník.

Předběžný rozpis témat:

- 26.09. duševní poruchy – příznaky a příčiny
- 03.10. poruchy osobnosti a neurózy
- 10.10. nemoci z okruhu psychóz – možnosti léčby, komunikace
- 17.10. krize – co dělat, hospitalizace
- 24.10. psychohygiena, předcházení stresu
- 31.10. komunikace ve vztazích
- 07.11. zdravý životní styl – spánek, kondice
- 14.11. kreativita a její vliv na duševní zdraví
- 21.11. léky – druhy léků, důvody odmítání léků
- 28.11. psychoterapie – jak funguje, typy
- 05.12. psychosociální rehabilitace – zařazení do společnosti
- 12.12. Recovery – zotavení, údrava, naděje.

Podrobnosti budeme aktualizovat na stránce:

<https://fokus-praha.cz/index.php/cz/aktuality/255-prednasky-o-du-sevnim-zdravi>

Přednášky se konají v rámci projektu Program pro rodinné příslušníky lidí léčících se s duševním onemocněním.



BLÁZNÍŠ? NO A! – ÚČINEK PROKÁZÁN!



Destigmatizační zážitkový program pro středoškoláky s názvem Blázníš? No a! nabízí studentům Fokus Praha již od roku 2005. Koncept jsme převzali od německých kolegů, kde je tento program velmi rozšířený. A obdobně my se snažíme tento program šířit do celé ČR.

Abychom dokázali prospěšnost tohoto jednodenního workshopu, spojili jsme se s výzkumným týmem NUDZu a výsledkem bylo dotazníkové šetření.

Jak program ovlivnil účastníky? Jaké byly jejich postoje před Blázníš? No a? Jaké po něm? A jaké za měsíc?

Všech tří měření se účastnilo 387 respondentů – z toho 170 prošlo programem Blázníš? No a! a 217 v kontrolní skupině.

Výsledkem bádání, sčítání, porovnávání a vyhodnocování profesionálních sociologů bylo konstatování:

Program Blázníš? No a! má prokazatelně pozitivní vliv na:

- Sociální distanci vůči lidem s duševním onemocněním
- Postoje vůči lidem s duševním onemocněním
- Ochotu vyhledat pomoc

To znamená, že program je nesporně destigmatizační a obsahuje preventivní prvky.

Dalším zjištěním bylo, že největší pozitivní vliv byl zaznamenán u studentů s horšími vstupními hodnotami. Toto zjištění podle výzkumných pracovníků dokládá sílu programu Blázníš? No a!.

A vyplývá z toho tedy i prokazatelný argument pro školy a skupiny, kde předpokládáme negativní postoje.

DEN V CDZ PODSKALÍ

Je srpnové pondělí, před devátou potkávám kolegyni na Výtoni a společně jdeme na poradu týmu CDZ Podskalí – tu tento týden největší, na které budou všichni, co zrovna nemají dovolenou. Otevíráme dveře prostor v krásném historickém objektu Sequensovy vily, které obývá CDZ Podskalí – donedávna pracoval pod názvem Multidisciplinární komunitní tým. Už je tam vedoucí týmu Magdalena, zdravotní sestry, sociální pracovníci, psychologka. Uprostřed se na stolečku vrší pochutiny, každý něco přidá – je tu čokoláda, ovoce, rajčata, bageta... je jasné, že to není setkání na hodinku. Po krátkých provozních informacích se zraky všech obrací k bílé tabuli, na které jsou jména. Jména klíčových pracovníků – těch, co tu sedí v kruhu a jména klientů, za každým jménem číslo v kroužku – pro mě ještě tajemné.



První jdou na řadu příběhy ze sloupku s nadpisem Krize. Klíčový pracovník vypráví, co za poslední týden spolu s paní H. dělali, kolikrát se viděli, o setkání s psychiatrem, nové medikaci, která, zdá se, začíná vyhovovat lépe. Na konci vyprávění se rozhodnou jméno paní H. přesunout z rubriky krize, to probíhá okamžitě a se zadosťučiněním, které je až hmatatelné. Pro tentokrát je vyhráno, krize je zažehnána.

Otevírá se další příběh. Konkrétní věci, co řeší, vztahy s jeho blízkými. Všichni soustředěně poslouchají, i když je to tíživé. Padají dotazy. Jak to má s alkoholem? Mluví s ním matka? Odpovědi dokreslují rámec a hledají se další možnosti pomoci. Další paní je momentálně v „eldéence“ – nemocnici pro dlouhodobě nemocné. Paní se tam nedaří. Nemůže chodit ven. Dřív sedávala pod stromem a dělalo jí to dobře. Přemýšlejí o možnosti přesunu do jiné nemocnice. Jsou v kontaktu s dcerou. Ta se o ni stará. Je ještě možná cesta domů?

U dalšího klienta se tým rozhoduje, že stanoví GAF. Tajemství čísel v kroužku je odhaleno. I já dostávám do ruky papír, kde jsou škálovací kritéria popsána. Ostatní vytahují stejný papír ze svých dešek a šuplíčků. Následuje soustředění. Klíčový pracovník pak říká číslo – není vysoké - 21. Nikdo se z toho neraduje, ale všichni přikyvuji. Vedoucí souhlasí a číslo putuje do kolečka k jménu klienta v rubrice příjem. A než se člověk stačí oklepat z tíživosti jednoho příběhu, už se mluví o dalším. Zprvu to vypadá jako další líčení těžkého osudu. Mluví se o možnosti vystěhování. Řeší se soudní poplatky a dopisy soudu. Nikdo z nás by se v podobné situaci nechtěl ocitnout. Náhle začínají padat otázky. A kdy jste pána viděli naposledy? Telefony nebere? Prý ho ztratil. V týmu se rodí obavy. Přemýšlejí o možnosti výjezdu. Všichni jsou soustředění a klíčový pracovník si zapisuje, co udělá hned, komu zavolá a na jeho zodpovědnosti a v jeho kompetenci je rozhodnutí o případném výjezdu.

Někteří klienti jsou vedeni pod svými křestními jmény, některé zná celý tým osobně – protože během času s nimi pracovali. Jiní mají jen přezdívku. I tak to tady funguje. Během porady se proberou skoro všichni.

Na bílé tabuli během dopoledne došlo k několika přesunům. Poslední sloupec je označen jako bye-bye. Jsou tu lidé, kteří už pomoc týmu nepotřebují. Je jich tam docela hodně. Snad jejich příběhy nabraly dobrý směr.

Je poledne. Porada končí. Někteří vytahují obědové krabičky, jiní kontrolují e-maily. Za chvíli se rozejdou. Někdo půjde na schůzku do parku s klientem. Tandem so-

ciální pracovník a psychiatr na první schůzku s pánem, ještě nevědí, jak a jestli mu vůbec budou pomáhat. Zdravotní sestra se chystá na objednávání zdravotnického materiálu a bude na telefonu – dnes až do večera. Krizová služba tu funguje každý den do osmi. Psycholožka bude mít schůzky s klienty v ambulanci.

S vedoucí týmu sedám na chvíli, její oči však hlídají hodiny, za chvíli přijde klient a nechce, aby čekal. Jsme v konzultační místnosti. Možnost si někde v klidu popovídat, je důležitá. Stejně tak, jako možnost být společně. Pro klienty je tu k dispozici „obývák“. Není to čekárna. Je to příjemné místo, kde mohou klienti jen tak být. Rozhodně sem ale nikoho nelákají. Cílem je, aby lidé byli ve svém prostředí – doma, v práci, ve své oblíbené kavárně, nebo třeba v klubu...



Ptám se, jak se řídí takový nesourodý tým? Není to lehké a složení týmu se personálně často obměňuje. Přesto si Magdalena – vedoucí týmu – způsob práce chválí, i když je to někdy těžké, každý musí zbourat bariéry své profese. Jak sociální pracovníci, tak zdravotníci a psychiatři mají svůj svět a tady musí pracovat společně bez hierarchie. Jediným měřítkem je to, co je dobré pro klienta.

V týmu jsou také peři – lidé s vlastní zkušeností s duševním onemocněním. Jsou teď na dovolené. Ptám se na zkušenosti. Pro klienty je to skvělé – mít pozitivní příklad, že to jde vypořádat se s duševním onemocněním. Pro peery je to někdy náročné. Nedívám se. Centrum duševního zdraví Podskalí nese toto jméno teprve chvíli, přestože systém práce v multidisciplinárním týmu inspirovaný zkušenostmi z Terstu, funguje již od roku 2015. V péči týmu je aktuálně kolem dvou stovek klientů, jejich počet není stálý. Tým úzce spolupracuje s psychiatrickou nemocnicí Ke Karlovu. Minimálně jednou týdně tam mají společné setkání. Mluví o pacientech a klientech v širším kontextu jejich životních situací a příběhů, personál kliniky zajímá, co se s lidmi děje po propuštění.

Den končí a ve mně zůstala úcta k lidem z CDZ, kteří každodenně přicházejí a jak nejlíp umějí s pochopením, respektem a odvahou měnit každodenní život svých klientů k lepšímu.

Eva Čížinská

Známý propagátor Otevřeného dialogu z Berlína Werner Schütze se svojí ženou Sabine byli 9. srpna hosty Fokusu. Provázela je Adéla Howesová z Centra duševního zdraví (CDZ) Prahy 8 a Pavel Nepustil z brněnského Narativu. Byla to sice prázdninová návštěva, ale s nabitým programem.

Na besedě se nejdříve představili všichni přítomní, a pak začala práce „reflektujícího týmu“ Sabine a Wenera Schützových. Ve zvláštním uspořádání, které mi jako kameramanovi Studia 27 ztížilo práci, si Werner a Sabine sedli doprostřed kruhu účastníků proti sobě a začali spolu diskutovat. Připravili i jednu zvláštní židli pro připomínky, komentáře a otázky, které by chtěl vznést někdo jiný. Na lékaře-psychiatry docela neobvyklá situace.

Mluvili samozřejmě o Otevřeném dialogu, přístupu, který k nim i k nám přichází ze vzdáleného Finska, kde jej využívají pro časnou léčbu psychotických onemocnění, které často zachytávají dřív, než dojde k jejich chronifikaci. Podíl schizofrenie se tak u sebevědomých dramaticky snížil. Tato inspirativní metoda uvažování a práce v oblasti duševního zdraví

využívá co nejotevřenějšího dialogu s celým sociálním prostředím, kde se člověk s psychózou nachází, zejména s rodinou.

Werner i Sabine se ve svých praxích snažili aplikovat přístup Otevřeného dialogu na svých pracovištích. Na otázku, jestli je jejich vize snadno proveditelná, odpověděli k pobavení účastníků a účastnic workshopu, každý jinak. Werner ano a Sabine ne. Je to dáno tím, že měli ve své praxi rozdílné startovní pozice. Zatímco Werner byl a zas je šéfem malé městské kliniky, jeho paní je jednou z řadových psychiatriček ve velké nemocnici. Oba jsou však zajedno, že to stojí za to.

Kromě Fokusu a PN Bohnice měli Schützovi možnost seznámit se i s CDZ Prahy 8, které je společným projektem obou zmíněných organizací a ve kterém je velká poptávka po alternativních přístupech k duševnímu zdraví, pro zvýšení účinnosti asistencí a intervencí u lidí, kteří to potřebují. Na Otevřeném dialogu si všichni zúčastnění cení především lidskosti a přizvání všech aktérů do společného řešení složité situace, jakou je nemoc jednoho z nich.

Michal Kašpar

Rozhovor s Míšou Bolckovou, Novou HR konzultantkou Fokusu Praha.

Pro Fokus Praha je tato pozice úplně nová, jak bys ji definovala?

HR konzultant je člověk, který se stará o zaměstnance. Je v úzkém kontaktu s managementem i zaměstnanci. Zastává roli poradce, který dobře zná firemní kulturu, je nápomocen v otázce náborů, rozvoje a vzdělávání zaměstnanců. Podílí se na strategii a plánování v oblasti lidských zdrojů, pracuje s motivací a spokojeností jednotlivých kolegů. Řeší konflikty na pracovišti a další zdánlivě nepříjemné úkoly. Jedním z úkolů bude tzv.: „budování značky zaměstnavatele“ a to nejenom interně, ale i navenek. Já ráda dodávám, že náplň práce se může v různých společnostech lišit. Záleží, jak se na HR díváte. Zda jako na Human Resources (lidské zdroje) a nebo Human Relations (lidské vztahy). Já jsem osobně vztahový člověk a je pro mě důležité pracovat na místě, kde se cítím dobře.

Jaké úkoly tě čekají nejdříve?

Kromě poznávání kolegů a seznamování se s firemní kulturou, jsem se nejprve vrhla na proces náboru zaměstnanců. Mým cílem je skrze inzerci a sociální media kandidátům přiblížit, jak ve Fokusu žijeme, co děláme, co nás tu baví. Jsem přesvědčena, že Fokus má co nabídnout. Nutno říci, že dílčí úkoly, o kterých jsem hovořila, zde běžně fungují. Mým úkolem je poznat, popsat a zefektivnit tak, aby nám všem usnadnily práci a zároveň přinesly očekávané ovoce.



Jaký je ideální cílový stav? Čeho bys chtěla dosáhnout?

Ideální stav? Jsem spíše realista se silným optimistickým smýšlením. Tedy to, co bylo „ideální“ pro jiné společnosti, nemusí být ideální pro Fokus. Myslím, že ideální je, pokud procesy a postupy jsou přirozené a v souladu s danou firemní kulturou a lidé se v nich cítí dobře. Zároveň je nastolena otevřená komunikace, lidé jsou otevření zpětné vazbě a z velké části dělají to, co je baví. Osobně se těším, že se budeme postupně setkávat a pracovat na tom, aby byl Fokus dobrým zaměstnavatelem.

Ve Fokusu pracuješ od začátku srpna. Je to zatím krátká doba, ale přesto, jaký je tvůj první dojem z Fokusu?

Můj dojem byl až překvapivý. Vnímám tu vstřícnou pohodovou atmosféru. Není tu cítit tlak a kontrola, jako v komerčním prostředí, odkud přicházím. Oceňuji přátelskost, humor a zapálení pro věc, kterou je reformní přístup k práci.

Co tě přivedlo k tomu opustit komerční sektor a pracovat v neziskovce jako je Fokus?

Ve své dosavadní kariéře jsem se věnovala dvěma směrům jednak HR a jednak psychologii práce. Což bylo pro mě náročné skloubit tak, abych se mohla nadále v těchto oblastech rozvíjet najednou (a já se nerada vzdávám). Hledala jsem něco, co obě tyto součásti spojí. Zároveň zaměstnavatele, jehož zaměření, postoje a hodnoty budou korespondovat s těmi mími. Proto Fokus a jeho celostní pojetí práce s klientem – to znamená jít proti proudu, nechat se inspirovat a nebát se prosazovat tyto nové přístupy. To mě přitáhlo.

Děkuji za rozhovor.

Eva Čížinská

Jak se podporuje zaměstnávání v Evropě?

Za poznáním a zkušenostmi po Evropě se vydal Tým podpory zaměstnávání. V květnu navštívili na týden Örebro ve Švédsku, organizaci Stiftelsen Activa a srpen prožili v Nizozemském Amsterdamu, v organizacích GGZ InGeezt a Roads.

Tyto organizace kromě jiného pomáhají lidem s duševním onemocněním s nalezením práce. Pracují metodou IPS (Individual Placement and Support – individuální umístění a podpora), kterou zavádíme u nás ve Fokusu Praha a postupně se zavádí i jinde v ČR.

Očekávání týmu TPZ se daří naplňovat, neboť se konečně setkává s týmy, které mají s modelem IPS velkou praxi a jsou v této metodě pravděpodobně nejlepší v Evropě (Roads dostali cenu za nejlepší IPS tým mimo USA).

„Již od začátku jsme nadšeni vřelostí, která se nám na stážích dostává, velmi rychle si připadáme spíš jako dobří známí, co se sešli po letech. Ve Švédsku hltáme veškeré informace, i když je program koncipován tak, abychom toho viděli co nejvíce, a na metodu IPS nezbyvá tolik času, kolik bychom si přáli. Navštěvujeme zaměstnavatele, komunitní centrum pro rodiny, sociální firmy ap. V hlavách se nám líhnou nápady i z jiných soudků než je IPS.“

O pár měsíců později se již naplno soustředíme na metodu IPS v Amsterdamu. Na nic nečekáme a jdeme pěkně zostra do podrobností a tajů této metody. Konečně se nám vyjasňuje spousta otázek. Jsme plní informací i elánu, takže služba Týmu podpory zaměstnávání bude brzo ještě lepší, než kdy dřív.

Nenacházíte zde konkrétní informace? Ano, všimli jste si správně. Až proběhne poslední stáž v říjnu v Itálii, tak dáme vše dohromady a zorganizujeme setkání, kde to na vás všechno vybalíme a o zkušenosti se podělíme.“

Tým podpory zaměstnávání



Mark Ragins: ZOTAVENÍ



Fokus vydává ve spolupráci s plzeňským Ledovcem další titul v edici Marco Cavallo. Tentokrát jsme vybrali překlad díla Marka Raginse Cesta k Zotavení. V této knize najdou jak odborníci, tak široká veřejnost množství lidských příběhů, na nichž nám autor citlivou a velmi čtivou formou představuje principy zotavení. Mark Ragins nám zprostředkovává i svou osobní cestu, sympaticky se s čtenářem dělí ne-

jen o své úspěchy, ale také o omyly a slepé cesty. A to vše jazykem lidským a obecným. „Kalifornie, kde žiji a pracuji, byla jedním z prvních míst na světě, kde se pustili do deinstitucionalizace péče o duševní zdraví. Přestali jsme pacienty na dlouhá léta hospitalizovat, oddělovat je od nás ostatních a nabídli jim plnohodnotný život. Ale prováděli jsme tuhle vznešenou změnu hektickým, nedostatečně plánovaným a nedostatečně financovaným způsobem v období masivních sociálních změn a krizí. Proto byly také výsledky tohoto procesu smíšené. Někteří lidé se velice zlepšili, jiní ne – a ti pak poskytli „odstrašující příklad“. Co všechno bychom byli udělali jinak, kdybychom věděli to, co víme dnes!“ píše Mark Ragins.

Knižní vydání vychází v těchto dnech. Elektronická verze k dispozici ke stažení na stránkách Fokus-cr.cz.

S nadějí s I-ROCEM

Nejde o to čekat, až přejde bouřka, zotavení je o tom naučit se tančit v dešti.

Dvě odbornice se skotské Penumbry přijely začátkem září do Prahy, aby nás naučily, jak pracovat s dotazníkovým nástrojem pro měření míry osobního zotavení, jehož licenci jsme získali a zajistili český překlad a tisk.

Nejen, že jsme vyzkoušeli, jak se používá při rozhovoru, viděli jsme, jak už při samotném rozhovoru podporuje sebevědomí a naději do budoucna. Zároveň výsledky jsou důležité pro zaznamenávání osobního růstu jednotlivce, pomáhají porozumět sobě samému. Také se dají různě kvantifikovat a zpracovávat jako výsledek pro celou sociální službu. Výsledky se dají výborně prezentovat i vizuálně, prostřednictvím pavučinových grafů a jsou vlastně srozumitelnou zprávou o příběhu člověka. Už se těšíme, jak s tímto graficky i stylisticky propracovaným nástrojem začneme pracovat s klienty.



ČESKÉ GALERIE: Dvacet let s námi v obraze

Během dvaceti let existence přehledů výstav vznikalo nepřetržitě ve dvouměsíčních cyklech sto dvacet vydání s celkovým počtem přes půl milionu výtisků. Jaký je příběh projektu, který tak vytrvale informuje o galerijních událostech?

Myšlenka vydávat přehledný seznam pořádaných výstav umění vznikla z jednání Zdeňka Cibulky a Galerie hlavního města Prahy. Inspirována byla podobným modelem v Berlíně a od počátku je spojena s Týnskou literární kavárnou. Zdeněk Cibulka pracoval jako obchodní ředitel výtvarných publikací v knižní distribuci Kolportér. S ním se na knižním veletrhu v roce 1998 seznámila Alena Jahnová a chopila se vydávání prvních černobílých přehledů. Vycházely v češtině každé dva měsíce v počtu 5000 kusů.

Jejich vydavatel se později spojuje se společností Maťa a vzniká nakladatelství Kosmas. To však o tiskovinu nemá zájem a dává pokyn k jejímu ukončení. Alena Jahnová přesto připraví na vlastní náklady zakázaný výtisk leden - únor 2000, načež dostává výpověď. Vydávání přechází společně se Zdeňkem Cibulkou pod Týnskou literární kavárnu.

V roce 2000 tak vzniká barevná verze a s menšími obměnami trvá do současnosti. Autorem vizuálu je Milan Jaroš st., který se pyšní tvorbou loga Národního divadla. Konceptci obsahu připravil kunsthistorik Jan Rous. Začíná vycházet také anglická verze přehledu.

V roce 2011 převzala vydávání přehledů Alena Jahnová jako OSVČ. Sama začala provádět sazbu. Snížily se tak poměrně vysoké náklady grafické zpracování. Došlo k výraznějšímu rozdělení na Prahu a na ostatní města. Leták tak získal dvě titulní strany Pražské galerie a Galerie ČR.

Alena Jahnová začala v roce 2014 pracovat jako asistentka ředitele v neziskové organizaci psychosociálních služeb Fokus Praha. Tam také v roce 2015 získala redaktora Martina Kulíška, který se přípravě podkladů věnoval do poloviny roku 2018 a poté se orientuje na sociální práci.

V dubnu 2017 vzniká pod Fokusem Praha samostatná redakce Česká galerie. Připojují se k ní grafička Adéla Marešová a redaktor Michal Štingl. Přehledy vycházejí v nákladu 7 tisíc v české a 3 tisíce v anglické verzi. Přidává se web ceskegalerie.cz s obsáhlejším přehledem, adresářem galerií, recenze, videa... Vzniká Skupina F, komunita výtvarníků se zkušeností s duševním onemocněním. V dubnu 2018 pořádá první kolektivní výstavu.

V polovině roku 2018 se dalšími členy redakce stávají Lucie Šimánková a kunsthistorik Jiří Krtička. Uvažuje se o projektech komunitního centra nebo výtvarného ateliéru. Redakce má možnost se hlouběji věnovat tématice výtvarného umění vedle rutinních činností.

Vedoucí podniku České galerie Alena Jahnová stihla během dvaceti let kromě vydávání přehledů a výchovy tří dětí i řadu dalších věcí. Vystudovala management kultury na Masarykově univerzitě a s prací "Podnikatelský plán přehledu výstav Pražské galerie a galerie České republiky" získala titul magistr. Docházela na kresbu na AVU, přednášky na VŠUP, absolvovala kurz dějin umění a průvodcovské služby. Nyní se chystá na kurz pracovníka v sociálních službách, aby prohloubila své znalosti i v psychologické a sociální oblasti.

Michal Štingl



ORANŽOVÉ KOLO PRO MOSTY

Na Festivalu Metronome na pražském výstavišti jste mohli šlapat u stánku Nadace ČEZ pro Klub Mosty. Honza Drobný, ředitel Centra Bohnice Fokusu Praha předvedl závěrečný spurt závodu a celkově jsme si převzali částku 51 778 Kč. Moc děkujeme Nadaci ČEZ a hlavně vám všem, kdo jste pro nás sedli na oranžové kolo!



NĚMÝ MEDVĚD PODPORUJE MĚLNICKÉ KLIENTY

Známy mělnický podnik Němý Medvěd – Minipivovar Beer Bar podporuje naše klienty na Mělníku. Výtěžek z několika oblíbených hudebně kulinářských akcí věnovali na tréninky taekwonda pro naše klienty, které probíhají ve spolupráci s Městskou policií Mělník. Děkuje!

OHLÉDNUTÍ ZA FOTBALOVÝM LÉTEM!

Začátek léta byl ve znamení akcí spojených s pohybem. V červnu se skutečně fotbalový turnaj Osmička Cup – turnaj pro lidi z Prahy 8 s podtitulem “podporujeme komunitní soužití”. Cílem bylo pobavit se sportem a navzájem se poznat s lidmi, kteří “kopou za osmičku” a podporují duševní zdraví. Díky všem, kdo jste přišli!



Těsně před tímto turnajem byl fotbalový tým CDZ 8 reprezentovat na mezinárodním podniku E.A.S.I. Cup v anglickém Barnsley. Turnaje se zúčastnilo 25 týmů převážně z Anglie, Skotska, Irska, Norska, Holandska a Česka. Událost se dostala i do hlavního zpravodajství BBC a na stránky Guardianu. Příští rok budeme pořádat turnaj u nás. Tak se těšíme, že média budou mít i tady zájem o fotbal pro duševní zdraví.



V létě se tým CDZ zúčastnil ještě turnaje v německém Bad Tolzu.



Náš tým CDZ díky štědrému příznivci získal nové žluto zelené dresy. Konečně tak můžou naši reprezentanti nechat „rozlišováký“ jen pro tréninky. Děkuje.

V zdravém těle zdravý duch – sborník odborných článků

V řeckých Aténách byl v červnu představen sborník 12 odborných článků na téma pohyb a duševní zdraví. Za Fokus zde svůj příspěvek publikoval Honza Drobný, ředitel Centra Bohnice. Publikace je již nyní k dispozici v angličtině i v češtině. Vydali jsme i tištěnou verzi. Materiály vznikly v rámci mezinárodního projektu MENS – Mental European Network of Sport Events. Sborník si můžete stáhnout z knihovny webu fokus-cr.cz.



12 KONCEPČNÍCH DOKUMENTŮ

O PROPOJENÍ DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ
SE SPOTEM A FYZICKÝM CVIČENÍM

NA PODPORU AKTIVNÍHO ŽIVOTA
PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

Projekt M.E.N.S.
Mental European Network of Sports

červen 2018

Podpořeno



SPOTEM KE ZDRAVÍ nebo třeba až do Athén...

V CDZ jsme se za těch několik let fungování opakovaně ujistili, že sport může být nedílnou součástí rehabilitačního / léčebného plánu lidí se závažným duševním onemocněním. V CDZ 8 tak nabízíme pestrou nabídku sportovních aktivit : fotbal, jóga, plavání, nordic walking, kolo, posilovna FIT 2B.

Pro uživatele našich služeb je sport velkým přínosem. Zlepšuje jejich fyzickou kondici, pomáhá udržet či snížit váhu, pomáhá udržovat správný denní rytmus, pomáhá navazovat a udržovat kontakty a přátelství atd. Celkově sport naplňuje život a činí ho smysluplnější, odvádí pozornost od příznaků duševní nemoci.

Fokus je zapojen do mezinárodního projektu MENS /Mental European Network of Sport Events/ na něž navazuje projekt EVENTS /European Volunteer Events for Therapy through Sports/. Díky tomu se tak náš tým bude moci zúčastnit historicky prvních sportovních her pro lidi s duševním onemocněním, které se budou konat 21. – 23. září v Athénách. Účast na hrách přislíbilo 35 organizací ze 14 zemí /Řecko, Německo, Velká Británie, Francie, Česká republika, Irsko, Portugalsko, Bulharsko, Litva, Slovinsko, Chorvatsko a Turecko atd. /. Z každé organizace vyrazí tým sedmi lidí, složený z 5 klientů služeb a 2 pracovníků. My jsme vytvořili spojený tým z Prahy a Mladé Boleslavi. Zasoutěžíme si v tradičních disciplínách jako je fotbal, tenis, volejbal, treking, běh, kolo... ale rozhodli jsme se vyzkoušet i neotřelé sporty jako je capoeira, firsbe, thai chi, TRX... A možná dojde i na tradiční řecké tance, které jsou také v nabídce. Kromě sportovních zážitků očekáváme i spoustu legrace, navázání nových přátelství a že si prostě užijeme tohle multikulturní setkání.

Na celý výlet se moc těšíme, tvrdě trénujeme a snažíme se nepodléhat cestovní horečce. A tak se nebojte, přátele a kamarádi, my vám ty medaile přivezeme!!

Projekt je financován z dotací Evropské Unie.

Kateřina Vachková

NA TERASE V PODSKALÍ

Centrum Podskalí pořádá neformální workshop pro profesionály, kteří v regionu Prahy 1, 2 a 10 spolupracují s CDZ Podskalí při podpoře lidí s duševním onemocněním. Kdy? Těšíme se na vás ve čtvrtek 27. září od 12.30 na terase Centra Podskalí. Je to doba oběda? Ano, správně! Přijďte si pochutnat na specialitách z mexické kuchyně. Svou účast prosím potvrďte na emailu: kafkova.veronika@fokus-praha.cz

NA TERASE V PODSKALÍ

Zveme vás na neformální workshop pro profesionály, kteří v regionu Prahy 1, 2 a 10 spolupracují s CDZ Podskalí při podpoře lidí s duševním onemocněním.

Kdy? Těšíme se na vás
ve čtvrtek 27. září od 12.30
na terase Centra Podskalí.

Je to doba oběda? Ano, správně! Přijďte si pochutnat na specialitách z mexické kuchyně.

Svou účast prosím potvrďte na emailu:
kafkova.veronika@fokus-praha.cz



ZAHRADA

SF Zahrada byla založena v roce 2006 transformací chráněné dílny. Sídlí v pražských Bohnicích a poskytuje zahradnické služby údržby i realizace zahrad.

KONTAKT:

Areál PNB
Praha 8 – Bohnice
Zahrada@fokus-praha.cz
Tel: 774 804 933



DÍLNA U KREJČÍKŮ

SF Rukodělná navázala na činnost Chráněné dílny Mělník. Mezi její hlavní činnosti patří šití textilních výrobků, kompletace výrobků a balíčků dle zakázek firem.

KONTAKT:

Nám. Karla I. 3359
Mělník
Dilny-melnik@fokus-praha.cz



PRÁDELNA U MANDELÍKŮ

SF Prádelna u Mandelíků byla založena v roce 2011. Sídlí v Praze 6 Podbabě a poskytuje klasické služby prádelny pro firmy i veřejnost.

KONTAKT:

Podbabská 994/8
Praha 6 - Bubeneč
pradelna@fokus-praha.cz
Tel: 775 994 229
www.pradelnaumandeliku.cz



ČESKÉ GALERIE

SF České galerie je redakce, která se zaměřuje na informování o uměleckých výstavách napříč Českou republikou, a to jak v tištěné tak v elektronické podobě.

KONTAKT:

Dolákova 24 Praha 8 – Bohnice
Tel: 777 800 383
ceskegalerie@fokus-praha.cz
www.ceskegalerie.cz
FB České galerie



Víme, že psychóza či jiné duševní onemocnění může potkat každého!

Věříme, že se z duševní nemoci dá zotavit!

Pomáháme lidem s problémy v oblasti duševního zdraví najít cestu ke spokojenému, důstojnému a perspektivnímu životu.

Vydal Fokus Praha, z.ú.

Grafická úprava Pavel Lukáš

Redakce Eva Čížinská

Kontakt pr@fokus-praha.cz

www.fokus-praha.cz