

PRAŽSKÉ FOKUSOVINY

31. číslo • vydáno 11. 2. 2019

Informační magazín Fokusu Praha



VLADIMÍR ŠMICER patronem EASI CUPU 2019!

Rozhovor s Honzou Drobným – hlavním organizátorem letošního EASI Cupu si přečtete na str. 9

Nemít v hlavě svoje běsy, běhal bych jak Leo Messi.

ČTĚTE TAKÉ:

- 3x2 otázky s novým vedením Fokusu Praha
- CDZ pro Prahu 6
- Šifra mistra Fishera!
- Ozvěny hlasů
- Ocelový pes

Milí čtenáři!

Je před vámi 31. vydání Pražských Fokusovin. Fokus Praha má za sebou podzim plný změn. Máme nové vedení, proměňujeme se a přemýšlíme, co je jádrem Fokusu, jaké jsou jeho hodnoty. A přitom se aktivně zapojujeme do výzev reformy péče o duševní zdraví. Rozvíjíme Centra duševního zdraví, účastníme se konferencí a čerpáme inspiraci od zajímavých lidí. V létě se do Prahy sjedou lidé z celého světa, které spojuje vedle tématu duševního zdraví i láska k fotbalu. A my jsme se rozhodli využít této sportovní události k otevření celospolečenské diskuze o problémech duševního zdraví a sportu. Sport totiž může být cestou k duševnímu zdraví, ale zároveň se problémy s duševním zdravím nevyhýbají ani sportovcům. Jsme v tom prostě všichni stejně. Duševní zdraví, pocity štěstí, smysluplnosti, vlastní role ve společnosti – to jsou témata, která řešíme všichni bez ohledu na to, z jakého týmu jsme, jakým jazykem mluvíme, kolik nám je, co máme v hlavě nebo na hlavě nebo v jaké škatulce se zrovna schováváme. Nechtě jsou vám myšlenky a názory lidí, které jsme oslovili v těchto Fokusovinách, inspirací na Vaší cestě!

Zdravím vás z Fokusu Praha a přeji příjemné počtení a bezpečné vykročení ze škatulek v roce 2019!

Eva Čížinská

CO NOVÉHO V REFORMĚ PÉČE O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ V PRAZE A STŘEDOČESKÉM KRAJI?

Zeptali jsme se Pavla Nováka, koordinátora reformy péče o duševní zdraví pro Prahu na MZ. Co přinesly podzimní volby v Praze? Jaký vliv měly na postup reformy?

Nová politická reprezentace postavila reformu jako jednu ze svých priorit ve zdravotně sociální oblasti, takže v Praze to má pro reformu velmi pozitivní dopad. Dotýká se to samozřejmě transformace Psychiatrické nemocnice Bohnice, speciální pozornost ale Praha chce věnovat transformaci domovů se zvláštním režimem, které jsou umístěny mimo Prahu. Naší cílové skupiny se týká zejména DZR v Terezíně, ve Svojšicích a v Krásné Lípě (vesměs vzdáleny 60 – 100 km od Prahy). Praha si také uvědomuje, že to bude znamenat vyšší kapacity služeb, které umožní, aby klienti těchto rezidenčních služeb mohli žít v Praze. Logicky to zapadá do našeho dlouhodobého záměru rozvoje komunitních služeb v Praze, a to včetně terénních multidisciplinárních týmů či služeb chráněného bydlení nebo služeb podporujících klienty v jejich samostatné domácnosti.

Dá se předpokládat, že téma bydlení je v Praze největším oříškem, je to tak?

Jednoznačně. Již při tvorbě a schvalování koncepce péče o lidi se závažným duševním onemocněním v Praze Krajskou koordinační skupinou jsme věděli, že zajištění dostatečných kapacit bydlení bude úzkým hrdlem celé Reformy. Odhadovali jsme, že budeme potřebovat navýšit kapacity (s velmi variabilní mírou intenzity podpory) o cca 350 míst. Tyto odhady se ukázaly jako poměrně přesné. V Psychiatrické nemocnici v Bohnicích je téměř 300 pacientů různých diagnostických skupin hospitalizovaných déle

než 6 měsíců (někteří i roky), z toho je cca 100 pacientů se závažným duševním onemocněním. A teď jsme si dělali analýzu po komunitních službách pro lidi s duševním onemocněním a z toho vychází cca 200 lidí, kteří už jsou v komunitních službách a potřebují někde bydlet. Nicméně pražská radnice si téma bydlení vzala jako klíčové téma a nyní vyjednáваме o tom, že by 200 pražských bytů bylo vyčleněno právě pro Reformu.

Co dalšího se nyní v Praze řeší v rámci reformy?

Nedávno proběhlo setkání na téma bezdomovectví a zimních opatření – to Magistrát pálí a má to v gesci k řešení. V současnosti je cca 10000 lidí bez domova a z toho cca 2000, kteří žijí během dne především na ulicích, pro které je potřeba v mrazech zajistit přežití. (K 18. lednu již v Praze umrzlo 5 lidí). Ukazuje se, že pro stávající „bezdomovecké služby“ je složité se postarat o lidi, kteří jsou na ulici a mají přitom třeba nějaké závažné duševní onemocnění nebo závislost nebo kombinaci obojího. Povedlo se operativně svolat všechny terénní služby a služby bydlení pro naši cílovou skupinu přímo na Magistrátě a domlouvali jsme se na konkrétních řešeních. Magistrát má 50 humanitárních bytů pro tyto účely a 20 bytů jich mělo být už k dispozici. Vnímám to jako pozitivní, že se něco takového vůbec děje.

**20 bytů okamžitě?
To je skvělá zpráva!
Tak snad se neztratí!**

Jaká je spolupráce s radnicemi jednotlivých městských částí?

Nově zvolené radnice městských částí jsme ještě neoslovili, ale styčných bodů je tam dost. Chceme s pražskými městskými částmi řešit byty pro občany jednotlivých městských částí, kteří nemají kde bydlet. Víme, kolik takových lidí je v PN Bohnice, kolik v komunitních službách, jsou to občané dané městské části a ta má vůči nim nějaké povinnosti. Nemůžeme spoléhat pouze na Pražský magistrát. Rádi bychom jednali o spolupráci v rámci terénní práce, máme zkušenosti, že komunitní tým či centrum duševního zdraví může mít pro městskou část velký přínos, může pomoci řešit složité situace, na které si sociální pracovníci obce netroufnou. Obdobně mohou obce profitovat z působení sociálních podniků ve své lokalitě. Např. veřejná zakázka na údržbu zeleně realizovaná sociální firmou může být pro obec ekonomicky výhodnější.

A zdá se, že určitý restart ve spolupráci s městskými částmi plánuje i Magistrát hl. m. Prahy, který plánuje za pomoci grantových prostředků posílit sociální práci na jednotlivých městských částech, plánuje také vzdělávání a intenzivnější metodickou podporu veřejných opatrovníků. Představa Prahy je více podpořit koordinační roli sociálních pracovníků MČ. To by mělo být výhodné i pro naše klienty a komunitní týmy, které koordinaci péče formou case managementu dnes provádějí.

Samé dobré zprávy pro unavené davy!

Je také v plánu navyšování kapacit komunitních týmů?

V Praze byl schválen Střednědobý plán rozvoje sociálních služeb, který na období tří let vymezuje kapacity jednotlivých služeb. A reforma je jedna z priorit s tím, že se předpokládá do roku 2021 s navýšením potřebných služeb v této oblasti. Takže by se mohlo navyšovat personální obsazení týmů center duševního zdraví v Podskalí, na Praze 8, Praze 9, v Praze 6

a v CDZ Eset a to nad úvazky, které jsou zatím plánovány v rámci pilotních projektů, tedy ze 4 sociálních pracovníků až na 9, což je optimální stav dle Standardu CDZ. Zároveň však chceme připravit optimální obsazení sítě v delším časovém horizontu i pro účely nacenění celkového rozvoje služeb. A tam budeme plánovat i další služby nejen centra duševního zdraví a bydlení.

V lednu vyhlásilo MZ dalších 15 pilotních CDZ. Co to pro Prahu znamená?

Znamená to, že v Praze bude fungovat už 5 CDZ (CDZ Podskalí, CDZ 8, CDZ 9, CDZ Eset a nově CDZ 6). Fokus Praha ve spolupráci s ÚVN bude provozovat CDZ pro Prahu 6.

A ta nejstarší a nejzkušenější CDZ 8 a CDZ Podskalí jsou na tom dnes personálně líp než pilotní CDZ.

CDZ zraje jako víno a svými kořeny zarůstá do komunity.

CDZ Podskalí se o účast v pilotu ucházelo, proč to nedopadlo?

To je trochu absurdní příběh. CDZ Podskalí bylo podle mne vyřazeno kvůli zbytečně formalistnímu pojetí výzvy. Logicky si CDZ nemohou zasahovat do spádu, což je jasné, ale výzva nepočítala s tím, že ten spád se může dělit v rámci městské části. A to se stalo v Podskalí, které má s Esetem přesně rozdělenou MČ Praha 10. Myslím, že to nic nemění na faktu, že CDZ Podskalí je již dnes příkladem dobré praxe v rámci reformy (zejména spoluprací komunitní služby a lůžkového oddělení Psychiatrické kliniky a pojetím zaměřeným na zotavení). Věřím, že Fokus bude moci CDZ Podskalí ekonomicky podržet a že se povede získat jiné zdroje na multidisciplinární spolupráci do té doby, než bude zdravotní část běžně hrazena prostřednictvím zdravotních pojišťoven.

Rozdělit městskou část na jednotlivá území je už příliš náročné administrativní řešení.

Jak postupuje Reforma ve Středočeském kraji?

Ve Středočeském kraji se díky tomu, že se zde vystřídalo několik regionálních koordinátorů, startovalo o něco později. Dnes s Renatou Žabovou dostává reforma zde zřetelnější obrysy. V nejbližší době bude ustavena regionální řídicí skupina (v Praze vznikla před rokem). Má před sebou plánování rozvoje sítě služeb. Středočeský střednědobý plán rozvoje sociálních služeb se bude tvořit a následně schvalovat ke konci tohoto roku. V aktuální výzvě na CDZ uspělo CDZ Mladá Boleslav, které bude realizovat Fokus Mladá Boleslav s Psychiatrickou nemocnicí Kosmonosy.

Jsou do reformy ve Středočeském kraji a v Praze zapojeni lidé se zkušeností s duševním onemocněním?

Uživatelé jsou, resp. ve Středočeském kraji budou, členy krajské řídicí skupiny. Zároveň existuje skupina uživatelů a rodinných příslušníků zvaná SETUŽ, se kterou my regionální koordinátoři konzultujeme záměry. Setkáváme se cca jednou měsíčně. Skupina je otevřená a pokud by měl někdo zájem se zapojit, bude velmi vítán. Aktuálně se z této skupiny vytváří středočeská skupina. Nicméně pořád hledáme vhodnou formu společné práce.

Spolupracují v Reformě na krajské úrovni ještě další odborníci?

Ano, začínáme sladovat záměry a aktivity s kolegy, kteří jsou odpovědní za destigmatizaci a také s manažery kvality. Ti se nyní angažují zejména ve zlepšení kvality péče v psychiatrických nemocnicích (zejména v ohledu naplňování Úmluvy o právech osob se zdravotním postižením).

A samozřejmě úzce spolupracujeme s transformačními týmy spádových psychiatrických nemocnic – v Praze tedy s Bohnicemi, ve Středočeském kraji ještě

navíc s Kosmonosy, Horními Beřkovici, Dobřanami a Havlíčkovým Brodem.

Jak taková spolupráce s psychiatrickou nemocnicí probíhá?

Cílem Reformy je to, aby i stávající pacienti psychiatrických nemocnic mohli žít v běžném prostředí, plnit své sociální role a životní aspirace a uplatňovat svá práva. Z posledního cenzu vychází, že ve všech psychiatrických nemocnicích je dnes téměř 1400 lidí se závažným duševním onemocněním hospitalizováno déle než 6 měsíců. Snažíme se nyní nastavit systémovou spolupráci mezi PN a komunitními službami tak, aby zejména tito pacienti mohli PN postupně opustit. A na tom by měli spolupracovat pracovníci komunitních služeb i psychiatrických nemocnic. Možné je to postupně tam, kde působí spádové komunitní týmy, jako např. CDZka v Praze.

Staří ven, noví dovnitř! Zachraň se, kdo můžeš! Nebo to bude konečně jinak?

Začal se vytvářet Národní akční plán pro duševní zdraví pro roky 2020–2030. Co to vlastně je?

Národní akční plán by měl definovat cílový stav i kroky nezbytné k jeho naplnění. Měl by být schválený vládou a tím pádem by měl řešit i meziresortní problematiku. Měl by řešit legislativu, financování, síť služeb, kvalitu, zapojování uživatelů a další důležitá témata. Osnova je jasná a vychází z dokumentů a doporučení WHO. Od národního plánu by se měly odvíjet krajské akční plány. Zavázali jsme se Evropské komisi, která nám na Reformu poskytla finanční prostředky, že ho zpracujeme.

Tak snad to bude Plán a ne PLKÁN!

CENTRUM DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ PRO PRAHU 6

Dalších 15 Center duševního zdraví bude financováno po dobu 18 měsíců z prostředků EU, v rámci Programu podpory Center duševního zdraví II, do kterého se v průběhu listopadu 2018 hlásili poskytovatelé sociálních služeb a poskytovatelé zdravotních služeb. Vzniká tak teď nově i Centrum duševního zdraví pro Prahu 6, které spojí sociální pracovníky Fokusu Praha (Komunitního týmu Centra Břevnov) a zdravotníky ÚVN.

„Služby Center duševního zdraví znamenají revoluční změnu v systému péče o duševně nemocné. Významně zvyšují její kvalitu, protože péče jde nově za pacientem, který se může léčit ve svém domácím prostředí a neztrácí tak kontakt s běžným životem jako dnes, kdy je léčen takzvaně za zdí,“ uvedl ministr zdravotnictví Adam Vojtěch v TZ ke vzniku CDZ.

Přejeme novému týmu CDZ 6 hodně úspěchů a vítáme ho do rodiny „fokusových“ CDZ, kam patří už CDZ 8, CDZ Podskalí a CDZ 9.

MHE chce transparentní vztah mezi farmaceuty a lékaři

V lednu 2019 vydala MHE novou obsáhlou studii o vztahu zdravotnického průmyslu a lékařské komunity a jeho dopadu na veřejné zdraví, uživatele služeb v oblasti duševního zdraví a pacienty.

MHE je znepokojeno nedostatkem transparentnosti ve vztahu mezi zdravotnickým průmyslem (farmaceuti, výrobci medicínského vybavení) a profesionály v lékařství, zdravotnickými organizacemi nebo patientskými organizacemi. Neprůhlednost v interakcích mezi těmito „stakeholdery“ vede k nadměrnému užívání léků v oblasti péče o duševní zdraví a znepokojivému spoléhání na medikaci jako hlavní formu péče o duševní zdraví. Vede také k neetickému a zaujatému rozhodování v oblasti péče o duševní zdraví.

Studie popisuje aktuální stav interakcí, mapuje současné nástroje, které zajišťují transparentnost a nastiňuje možnou cestu pro Evropu.

Celá zpráva je zdarma ke stažení na stránkách **MHE**.

SHEDDING LIGHT ON TRANSPARENT COOPERATION IN HEALTHCARE

The way forward
for sunshine
and transparency
laws across
Europe



3x2 Otázky pro vedení Fokusu Praha



Petr Hudlička



Hana Urbanová



Jan Sobotka

Vedení Fokusu Praha má od začátku roku 2019 novou podobu. V současnosti je ředitelem Fokusu a statutárním zástupcem Petr Hudlička. Jeho přímými podřízenými jsou výkonný ředitel Jan Sobotka a ředitelka pro rozvoj Hana Urbanová. Zeptali jsme se všech tří na jejich vize i to, co považují ve Fokusu za důležité.

Na jakých základech budete stavět? Co je Fokusu důležité? Co považujete za „rodinné stříbro“?

Petr Hudlička: Když jsem před mnoha lety do Fokusu nastoupil, sám pro sebe jsem si ten úžasný dojem, který jsem z práce ve Fokusu měl, definoval jako kombinaci stoprocentního profesionálního nasazení a bezpodmínečné lidskosti. A i po letech pro mě přesně toto dělá Fokus Fokusem.

Jan Sobotka: Ve Fokusu je důležitá ochota se domlouvat, improvizovat a hledat netradiční řešení. Což může být i nevýhoda. Fokus je tradiční zárukou profesionálních a kvalitně poskytovaných služeb. Mám radost z toho, že deklarovaný systém hodnot se zde, zejména na úrovni týmů v přímé péči, skutečně žije. Např. vstřícná uvítací atmosféra, když přijde kdokoli nový, je něco, co jsem si sám na vlastní kůži za-

žil a vychutnal. Jednoznačně je to také respekt k jinakosti a zároveň tradice nebo duch původního Fokusu. Přijde mi, že Fokus byl vybudován na kamarádské důvěře a otevřenosti, prostě v partě lidí, kde byli na stejné lodi – lidé se zkušeností s duševním onemocněním i bez ní.

Hana Urbanová: Ve Fokusu se spojuje profesionalita poskytovaných služeb a nasazení zaměstnanců s lidskostí a přátelskou atmosférou. Jako důležité vnímám i to, že celý Fokus stojí pevně na stejných hodnotových základech – respektu k různorodosti, podpoře silných stránek a „obyčejném“ pochopení. Za rodinné stříbro se dá považovat i tradice a kontinuita – vždyť Fokus je jedna z prvních neziskovek, které v ČR vůbec vznikly.

Co byste rádi do vedení Fokusu přinesli? Jaká je vaše osobní vize?

Petr Hudlička: Zažil jsem i dobu, kdy se Fokus jako by „nakazil“ a zvolna chronifikoval a místo, aby druhým pomáhal chronické projevy onemocnění překonávat, sám do nich upadal. Jsem moc rád, že se ho podařilo „rozpohybovat“ ještě dříve, než začaly pukat ledy v psychiatrické péči u nás, a že jsme do

těchto změn mohli hned aktivně vstoupit, podporovat je, naplňovat a usměrňovat.

V poslední době mě naplňuje velkou nadějí a radostí bourání bariér mezi tradičními institucemi a neziskovým sektorem, mezi zdravotníky a sociálními pracovníky, mezi „zdravými“ a „nemocnými“. Těší mě, když se nejedná o rozmazávání identit, ale o propojování v pestrosti, kdy každý může být sám sebou a přinášet sebe pro obohacení celku.

Rád bych podpořil tento proces uvnitř Fokusu i v propojení Fokusu do širšího kontextu služeb, organizací i do celé společnosti.

Jan Sobotka: V současnosti je Fokus už velká organizace, která se podle mě neobejde bez promyšlené struktury řízení a předávání informací. Uznávám, že to zní poněkud obecně. Rád bych zavedl kratší a zacílenější porady, větší osobní odpovědnost za rozhodování. Na poradě může k tématu proběhnout debata, na jejímž závěru je rozhodnutí odpovědné osoby pro dané téma, které bude pro ostatní závazné. Zároveň si odpovědný člověk musí umět nést důsledky svých rozhodnutí. Zní to trochu přísně, ale mám takové zkušenosti, že to přinese spíše úlevu a zefektivnění práce. To bych rád ve Fokusu zavedl společně se schopností učit se z vlastních chyb.

Na úrovni služeb v přímé péči, jejich kvality, rozmanitosti, vztahu ke klientům a jejich dalšího rozvoje se s novým vedením nechystají žádné změny. Naopak vnímám, že Fokus je tvůrcem systému služeb a garantem kvality. A v tom je potřeba pokračovat. Rád bych trávil co nejvíce času přímo v Centrech s lidmi, slyšet jejich názory, požadavky. Chtěl bych, aby moje vedení nebylo odtržené od každodenní reality.

Hana Urbanová: Myslím, že Fokus už dorostl do takové velikosti, že je nutné, aby byl řízen více systémově. Už nejde o partu kamarádů, kteří vždy vše mohou probrat spolu a demokraticky a konsenzuálně rozhodnout – růst organizace sebou přináší nutnost změny řízení, je to tak normální, běžné a v pořádku, všechny větší organizace si podobným procesem musejí projít. V mé předchozí pozici se mi snad do nějaké míry podařilo posunout řízení organizace

směrem k větší profesionalitě (upřímně ale vnímám, že ne dostatečně a že je před námi ještě dlouhá cesta). Jsem moc ráda, že se pozice výkonného ředitele chopil Honza, který je v oblasti sociálně-zdravotních služeb rozhodně větší odborník než já a zároveň potřebu proměny řízení vnímá podobně.

Sama za sebe se těším na možnost pracovat na zvýšení dopadu našich destigmatizačních aktivit, jejich zacílení mimo naši sociální bublinu (ano, mluvím například o fotbale :)) a posílení fundraisingu. Myslím, že je nutné rozšířit naše portfolio donorů a omezit svazující závislost na sociálních dotacích – pak budeme moci být více kreativní i v poskytování služeb, vymýšlet a testovat jejich nové formy. K získání nových dárců je ale primárně potřeba vybudovat povědomí o Fokusu a jeho práci, začít více spolupracovat s firmami, najít známé „tváře“, které budou Fokus reprezentovat. Tolik k oddělení PR/FR/destigma. Centrum vzdělávání zase hraje důležitou roli v šíření nových trendů a profesionalizaci sociální práce ve Fokusu i jinde - tady bych ráda zapracovala na omezení zdržující administrativy (např. nákupem softwaru, který zautomatizuje proces přihlašování na kurzy) tak, aby se jeho zaměstnanci (tedy pardon zaměstnankyně :)) mohly věnovat vzdělávací, projektové a rozvojové činnosti. Stejně tak je mi velmi blízké téma „lidských vztahů“ (human relations - HR), protože organizace je vždycky taková, jací jsou její zaměstnanci. Chtěla bych docílit toho, aby se ve Fokusu méně „brblalo“ a abychom o tom, kde pracujeme, mluvili s ještě větší hrdostí než doposud. A v neposlední řadě vnímám jako svůj úkol dotažení procesu osamostatnění sociálních firem tak, aby se mohly – za podpory Fokusu – více soustředit na naplňování svého poslání.

Aby se nám Fokus nerozpadl, musíme ho držet na uzdě. A přitom nezapomínat na to, že jsme na jedné lodi, v jednom kočáře.

S Honzou Drobným nejen o fotbale a turnaji E.A.S.I. CUP



Letos žijeme ve Fokusu fotbalovou kampaní a turnajem **E.A.S.I. CUP...bez předsudků!** Hlavním „srdcovým“ leadrem této události se stal **Honza Drobný**. Na fotbalové zkušenosti, dění kolem turnaje a destigmatizační kampaň se Honzy ptal Břetislav Košťál.

Honzo, ty už hraješ fotbal nějaký ten pátek. Kdy jsi vůbec fotbal začal hrát?

Začal jsem hrát někdy ve čtyřech letech v Čakovičkách, v pěti letech mě táta přivedl do týmu Spolana Neratovice, znáte to „barvy, laky, fermeže, Spolana vám nařeže“. A tam jsem vydržel vlastně až do 18, kdy jsem si stihl zahrát 2. dorosteneckou ligu. V posledním roce jsem si dokonce stříhl sezónu v divizní Libiši, to už bylo za chlapy. Pak jsem ale zjistil, že mě vlastně baví jiný věci než se 5 dní v týdnu věnovat fotbalu a začal jsem spíš jezdit po koncertech a objevovat zas další krásy života. K fotbalu jsem se několikrát vrátil a nejvíc jsem si užil 7 krásných sezón za manchesterský amatérský tým Kartel FC, kdy jsem byl dvakrát vyhlášen hráčem sezóny celé ligy.

Kde a kdy Tě napadlo pořádat fotbalové zápasy pro týmy lidí s duševním onemocněním?

Tak to si pamatuji úplně přesně. Bylo to před více než 20 lety. Pracoval jsem tenkrát ve Fokusu v Mladé Boleslavi a přišel mail z Fokusu Praha, že je osloveno rakouské Pro Monte a jestli nechceme přijet na turnaj. Hned jsem se toho chytl a společně s několika dalšími nadšenci jsme vytvořili boleslavsko-pražskou výpravu a v batikovaných tričkách a teniskách jsme vyrazili na náš první turnaj. Takto jsem např. potkal Dana Kauckého. Nejspíš jsme skončili poslední, ale tam se to celý zrodilo. Byl jsem od začátku nadšený, mohl jsem s klukama a holčkama, co jsem znal ze služeb, zažívat úplně přirozené situace a to jak na hřišti, tak i mimo něj. Dneska by to někdo mohl nazývat Recovery, ale pro nás to prostě byla přirozená zábava spojená s partou a cestováním a společným zájmem. No a od té doby jsme se s různými partami zúčastnili tak 80 turnajů, procestovali kus Evropy atd. Musím říct, že fokusáckej fotbal ovlivnil zásadně i můj život, potkal jsem spoustu skvělých kamarádů, pomohl mi do Anglie, kde jsem strávil 8 let atd.

Jsem rád, jak se nám daří v tuhle chvíli držet fotbalovou partu v Praze. Loni jsme se zúčastnili hned několika turnajů v zahraničí, přičemž třešnickou na dortu byl letecký zájezd na turnaj v anglickém Barnsley. Za loňské tažení patří velké dík všem z týmu a za realizační tým bych chtěl zmínit hlavně Mira Žbira, Virgin a také paní Spáleníkovou.

Slyšel jsem o turnaji týmů lidí s duševním onemocněním v Neratovicích, mohl bys nám o tom povědět více?

Loni měl turnaj v Neratovicích 15. výročí. Je to turnaj, který dává možnost nejenom lidem s duševním onemocněním zahrát si fotbal, ale zároveň možnost pro neratovickou komunitu přidat taky ruku k dílu. Již před lety mi s organizací začali pomáhat mí kamarádi a známí. Dnes se turnaj stal již tradiční neratovickou předvánoční akcí, kdy při příležitosti turnaje se odehraje i koncert. Stává se mi běžně, že mě osloví i lidé, které neznám s otázkou kolikátého bude letos turnaj. O to víc mě mrzí, že letos turnaj z technických důvodů poprvé nebyl před vánoci a odložil se na duben.

A co chystáš se svým týmem letos v roce 2019?

S týmem chceme zahájit turnajovou sezónu v únoru v Rakouském Steyeru. Pak visí ve vzduchu turnaj ve Španělsku, který ještě není potvrzen. Určitě zajedeme za kamarády do Německa. Absolutním vrcholem bude pro nás pořádání mezinárodního turnaje **EASI CUP 2019...bez předsudků!!!**, který proběhne v termínu 15. - 20. 7. 2019 v Praze v tuto chvíli máme potvrzeno účast 8 týmů ze zahraničí a tří z ČR a doufám, že počet týmů bude růst. Jako pořadatel bych byl rád za účast 25 týmů.

Máš s pořádáním podobných akcí zkušenosti?

Letos se bude EASI CUP pořádat po šestnácté. V Čechách bude po třetí a před tím jsem ho jako dobrovolník pořádal v roce 2006 v Mladé Boleslavi a v roce 2014 v Neratovicích. Jinak se tato akce pořádala v Německu, v Rakousku, v Holandsku, Itálii či Anglii. Letos se ale za pořadatelství postavil Fokus Praha a trůfám si říci, že to bude největší a nejlepší EASI CUP za svou šestnáctiletou historii.

Co znamená zkratka E.A.S.I.?

EASI znamená European association for sport and social integration (evropská asociace pro sport a sociální integraci) a je to zkratka neformální organizace, kterou jsme společně s ostatními evropskými projekty založili v roce 2003. Sdružuje na 30 evropských fotbalových projektů, kde hrají lidé se zkušeností s duševním onemocněním.

Proč vlastně EASI CUP spolupřepřádá FOKUS? Jaké v tom vidíš přínosy pro FOKUS?

Myslím si, že pro Fokus je to hlavně příležitost uspořádat mezinárodní akci, která má potenciál hned několika přesahů. První je propagace zdravého životního stylu a pohybu jako takového. A to jak pro uživatele našich služeb, tak i všechny okolo. Hýbat se je prostě zdravé, snižujete to riziko propuknutí hned několika nemocí atd. Pohybové aktivity, konkrétně ty skupinové mají i velký sociální význam.

Rozhodli jsme se, že s fotbalovým turnajem taky rozjedeme osvětovou (destigmatizační) kampaň ...bez předsudků!!!, která má za cíl oslovit širokou populaci. Fotbal je společenský fenomén, má ho rádo spousta lidí a hlavně stojí nad všemi společenskými bublinami. Je jedno, jestli jsi vpravo, ve středu nebo vlevo, jestli ti je 10 nebo 70 let, jsi katolík nebo satanista, právník nebo sociální pracovník či asistent prodeje v supermarketu. Spojuje tě jediné - fotbal.

Osobně si myslím, že Fokus Praha je skvělý v poskytování komplexních služeb, ale je důležité pracovat i s lidmi, co žijí kolem nás a nejsou uživateli našich služeb. Musíme usilovat o to, aby se pojem duševní nemoci/zdraví stal součástí běžných společenských debat. Jako důležité také vidím, aby lidé věděli, že existují místa, kde si mohou říci o pomoc, když ji potřebují, a aby za slovem schizofrenie nehledali nebezpečí atd. A já si myslím, že fotbal by mohl být jeden z informačních kanálů, jak tyto informace šířit.

V čem vidíš přínos fotbalu jako sportu pro lidi s duševním onemocněním a jaký přínos by pro ně mohla mít takováto mezinárodní akce?

Celých dvacet let, co hraju fotbal s lidmi se zkušenostmi s problémy v oblasti duševního zdraví, na otázku

typu přínosu fotbalu říkám toto: většina služeb se soustředí na základní věci typu bydlení, zaměstnání, popř. jestli slyšíme hlasy, máme bludy atd. Je to na jednu stranu přirozené, na druhou stranu po tom co nám padne v práci, tak jdeme s kamarády na pivo, zahrát si badminton, fotbal, kulečnick, do kina.....Jinými slovy si myslím, že by život měl být vyplněn i jinými věcmi než nemocemi, prací, starostmi o nájem atd. Takže v tomto vidím hlavní přínos, jdeš někam, kde to máš rád, kde máš kamarády, vyblbneš se a třeba pak zajdeš i na pivo - prostě vypneš. A když se budeme bavit na úrovni vědy, tak je podloženo, že minimálně v průběhu hraní fotbalu dochází k redukci slyšení hlasů.

Byl bych rád, kdyby díky EASI CUPU s námi hrálo více lidí a to jak uživatelů, tak i zaměstnanců či lidí z komunity. Tak že hrajeme každý úterý od 15:00 v areálu PN Bohnice u oddělení 22. I v zimě. Loni jsme kromě vánočního volna nevynechali jediný trénink. Jsme kluci a holky z ocele.

Rád bys získal známé hráče našeho fotbalu jako mediální tváře našeho turnaje. Koho a co si od toho slibuješ?

Byl bych rád, aby mediálně, ale hlavně společensky známé sportovní osobnosti začaly s námi cítit potřebu mluvit o otázkách duševního zdraví/nemoci a to především ...bez předsudků.

Inspiruji se hlavně svou osmiletou zkušeností z Anglie, kdy jak celebrity, tak i národní organizace a asociace se k této problematice staví čelem. Např. známé fotbalové osobnosti (Aaron Lennon či David Cox) vystupují veřejně s prohlášením, že např. mají zkušenosti s bipolární poruchou, že tato nemoc může dostat každého, ale to nejlepší, co s tím člověk může dělat, je o tom mluvit.

U nás je tato zkušenost trochu jiná, stejně tak jako je jiná celá společnost. Ta anglická je z mého pohledu vyzrálejší, ale zase měla daleko více času na to vyzrát.

Bude to asi běh na dlouhou trať, ale právě zrovna vytrvalostní běh má velice kladný dopad na naše celkové zdraví, fyzické či psychické. Takže ve své snaze vytrváme.

Co se Tvému organizačnímu týmu dosud podařilo v procesu organizace turnaje?

Daří se nám být hlavně skvělí a podporující. Hard core týmu tvoří Míša Bolcková a Karolína Puttová, pomáhají holky z fotbalového týmu (Majka Mlatičeková a Míša Spálenková) a velkou podporu máme v PR/FR/Destigma oddělení (Hanka Hanibalová a Eva Čížinská) v čele s ředitelkou pro rozvoj FP Hankou Urbanovou.

Vzali jsme si velký sousto, ale věřím, že i s podporou ostatních to bude skvělá akce a že se nám podaří nejenom uspořádat samotný turnaj, ale hlavně že se prokoušeme přes to tabu a stigma, který tady je a vybudujeme další osvětový kanál skrze fotbal.

Jinak máme krásný vizuál a v podstatě dokončenou grafickou strukturu. Začínají se nám hlásit týmy, sponzoři. Máme vlastní Facebook, do konce ledna budou i webovky. Máme spoustu skvělých nápadů, určitě budeme průběžně dávat vědět co se děje a co se daří.

Vzkaz fokusákům a všem fanouškům: držte nám i nadále palce, cítíme vás v zádech a je to důležité, sledujte a sdílejte nás na FB a udělejte si volno v kalendářích na třetí týden v červenci.



Rozhovor s...

Anna Vostruhová pracuje ve Fokusu Praha od loňského roku na pozici s názvem interní evaluátor.

Co to vlastně znamená a co je náplní tvojí práce?

Evaluátor v organizaci má za cíl průběžně sbírat interní data, aby bylo možné sledovat vývoj a změny za delší časový horizont. Výsledky jsou pak využitelné jak interně v organizaci samotné, tak navenek pro PR a lepší komunikaci organizace s veřejností.

Do Fokusu jsem nastoupila v rámci projektu Cesty k důvěře, který má za cíl podpořit tři inovativní metody (IPS, HF, I.ROC) pro práci s klienty Fokusu. A já jsem tady od toho, abychom mohli podloženě říci, zda jsou tyto metody efektivní a udržitelné, tedy zda nám při práci pomáhají, s jakým výsledkem a zda má smysl v nich pokračovat. Což je v podstatě princip evaluací.

Vedle toho ještě studuješ. Dá se to skloubit dohromady?

Protože mám možnost si práci organizovat takříkajíc „na míru“ aniž by to narušilo její průběh, tak se to skloubit dá.

V minulém roce jsi zahájila dotazníkové šetření s klienty i pracovníky v přímé péči. Čeho přesně se tvůj výzkum týká? Jaká byla odezva? Můžeš shrnout první výsledky?

Na začátku bylo potřeba udělat vstupní baseline, tedy zmapování současného stavu, a to na straně klientů i pracovníků. Odezva mi udělala velkou radost, protože návratnost byla vysoká u obou dotazníků. Za tuto



spolupráci chci ještě jednou všem zúčastněným poděkovat.

Klienti měli odpovídat na krátký dotazník Brief wInspire (5 výroků kterými se ptáme, jak moc vnímají podporu v zotavení od svého klíčového pracovníka). Tohoto šetření se zúčastnilo 221 klientů. U pracovníků v přímé péči nás zajímalo, jaká témata se svými klienty nejčastěji řeší a také jejich základní charakteristika; jak dlouho pracují ve Fokusu apod. Celkem dotazník vyplnilo 55 pracovníků.

Výsledky obou šetření nyní zpracovávám, ale již nyní je například zřejmé, že klienti vnímají vysokou podporu a dodávání naděje v zotavení od svých klíčových pracovníků.

ŠIFRA DOKTORA FISHERA

Na letošní konferenci Sociální psychiatrie v hotelu Dlouhé stráně bylo mnoho zajímavého. Prostředí snad nebylo tak výstavní jako před dvěma lety v Táboře, někteří účastníci se dokonce pousmívali nad zvláštními rysy hotelu, který jako by z oka vypadl svým lepším, komunistickým včerejškům. Atmosféra na konferenci byla ale z našeho pohledu lepší než minule, peerské přednášky byly krásně doplňovány příspěvky odborníků, a tak jedinou skutečnou kontroverzi vzbudil zvláštní host konference, Daniel Fisher z USA.

Neměl příliš pochopení pro český koncept zotavení z nemoci, podle něj nese recovery úplně jiný, hlubší význam. Nebyl spokojen s překladatelem, který jeho myšlenky údajně překrucoval nebo nechápal. V důsledku toho působil Daniel trochu rozpačitě, nedostal se při úvodním panelu ani k tomu, aby představil svou koncepci Emotional CPR (Emoční resuscitace).

Uvést vše na pravou míru mohl pak v pátek večer, kdy vedl jeden z workshopů, ale především před kamerou Studia 27, které na konferenci působil v ilegalitě (jeho členové zde buď chyběli, nebo reprezentovali jiné organizace). Danielova vize lidské pospolitosti, srdečného kontaktu a nepřečehování racionality byla plně ztělesňována jeho vystupováním v kuloárech. Na papíře, včetně jeho knih, nepůsobí tento koncept až tak převratně, ale ve

skutečnosti je velmi důležité, jaké vzbuzuje reakce a jak je chápán.

Daniel Fisher je už starší muž, a v době, kdy jako neurovědec onemocněl schizofrenií, ještě nebyla možnost pracovat v peerském hnutí. Proto si zvolil cestu z nejtěžších, a aniž hovořil o své nemoci, vystudoval psychiatrii. Nevěřil v ni tak docela, naopak vychází z antipsychiatrických kořenů svépomocné komunity nejen ve Spojených státech a projevuje se jako nezávislý myslitel. Kolik lidí, tolik impresí, ale pro nás byla tato konference především o tom, že se spolu se silicím hnutím peerů v ČR stává peerský princip významným příspěvatelem do letošního reformních snah.

Videorozhovor si můžete pustit na You tube [Studia 27](#).

Tomáš Vaněk, Michal Kašpar



Až se pohnou ledy!

Graham Thornicroft je uznávaným odborníkem na snižování stigmatu v oblasti duševního zdraví, byl také jedním z čelních představitelů psychiatrické reformy v Anglii. Za své zásluhy na tomto poli byl uveden do šlechtického stavu. Studio 27 s ním natočilo rozhovor u příležitosti jeho návštěvy v Praze na konferenci o reformě psychiatrické péče. (Celý rozhovor na youtube [Studia 27](#)).

„Bylo nám velkým potěšením moci s ním promluvit o jistých obavách, které se v ČR s průběhem těchto reformních procesů pojí. Nám uživatelům služeb se mnohdy zdá, že je administrativní spojená s reformou pomalá, máme

pocit, že ji vedou lidé motivovaní pouze penězi, když už nechceme říct přímo zkorumpovaní. Naší největší obavou pak je, že se reforma vypaří po ukončení dotací z Evropské unie, a vše zůstane víceméně při starém“, říká Tomáš Vaněk, který rozhovor vedl.

Sir Graham Thornicroft doslova řekl: „Možná budou uživatelé služeb požadovat změnu hned a ministr řekne: Během pěti let se na to podíváme. Pak se lidé mohou naštvát, být zklamaní, protože čekali už roky a chtějí změnu okamžitě. Ale vlády nefungují okamžitě, vlády jsou jako horské ledovce, pomalu se sunou. Je tam určitá rychlost, ale ne příliš vysoká.“

Reforma podle Thornicroftových slov také není věcí pouze vládního nařízení, musí na ní spolupracovat více zainteresovaných stran: uživatelé služeb, neziskové organizace, zdravotnická zařízení, pojišťovny atd.

Zkusme se chvilku pohybovat v poli podobných metafor. Jestliže je reforma pomalá jako pohyb ledovce, nepodobá se lavině ani rychle se nabalující sněhové kouli... Můžeme zkoušet v klidu vyčkávat, jestli k nám z pólů znesvářených myšlenkových proudů nedorazí radostná novina, že ledovce už roztály a bylo vlastně zbytečné se s nimi pokoušet hýbat. Snad to reformu neohrozí.

Tomáš Vaněk



OZVĚNY HLASŮ

Od května 2018 působí v metropoli skupina Slyšení hlasů. Každé úterý se na Žižkově scházejí lidé, kteří slyší hlasy. Základem práce facilitátorů této skupiny je neexpertní přístup, to znamená, že lidé, kteří o sobě prohlásí, že slyší hlasy, nejsou automaticky považováni za duševně nemocné.

Členové skupiny si chválí svobodu, se kterou mohou vyjadřovat svoje pocity, a bezpečí, ve kterém sdílejí své složitě zkušenosti.

Příprava pražské skupiny před jejím spuštěním probíhala od zimy 2017-18 a podílelo se na ní mnoho lidí. Lídrem při jejím zakládání se stal Adi Hasanbašić ze Sarajeva, který v Praze pracoval v Green Doors. Díky svým zkušenostem ze zakládání a vedení skupin na Západním Balkánu přišel s jasným konceptem, jak skupinu v Praze uvést v život.

Adi Hasanbašić: „Dnes se v společnosti, a velmi často i v odborné veřejnosti, spojuje slyšení hlasů se šílenstvím, nebezpečným zážitkem, nebo schizofrenií. Ale slyšet hlasy samo o sobě nemusí být problémem. Skupina Slyšení hlasů je jeden ze způsobů, jak podpořit lidi, kteří hlasy slyší, aby se třeba hlasů nebáli. Aby neměli úzkost nebo aby, pokud to chtějí, zkoumali tento fenomén u sebe a viděli, s čím souvisí v jejich životě. My máme k tomu fenoménu takový přístup, že neplatí „one size fits all“ jako jeho vysvětlení. Každý si může hledat svoji vlastní cestu. Teď už víme, že příčiny, proč člověk slyší hlasy, jsou různé: trauma, spirituální krize, zdravotní problémy, disociace, emoční problémy, biochemické teorie atd. Nás ale spíše zajímá, co znamená slyšet hlasy, a jaký smysl lidé, kteří hlasy slyší, dávají tomuto fenoménu. Jeden z důvodů,



proč skupina Slyšení hlasů pomáhá, je i ten, že nehodnotíme ničí zkušenost, neanalyzujeme, ale s respektem nasloucháme zkušenosti každého. Každý z nás má jinou biografii a jiné zkušenosti. Skupina Slyšení hlasů může znamenat velkou podporu pro lidi, kteří procházejí procesem zotavení, že v tom nejsou sami, že mohou přímo vidět, jak se jiní lidé vyrovnávají s hlasy nebo co pro ně znamenají. Slyší od nich, co jim pomáhá, jaké techniky používají pro práci s hlasy, a také, že zkušenost s hlasy nemusí být jenom negativní. Jsou lidé, kteří slyší jenom pozitivní hlasy, nebo dříve slyšeli hlasy negativní, a teď třeba jenom pozitivní. Různé studie, výzkumy ale i psychoterapeutické techniky říkají, že mluvit o hlasech nebo i s hlasy pomáhá (Avatar terapie, Voice Dialogue metoda, Maastrichtský dialog, atd.)“

Sestava šesti facilitátorů vykristalizovala krátce před spuštěním skupiny „Slyšení hlasů Praha“. Kromě Adiho ji tvoří Veronika Vojáčková, Lenka Škvorová, Sabina Kamenová, Jaroslav Flek a já – Michal Kašpar. Shodou okolností dnes všichni pracujeme ve Fokusu. Svou práci pro skupinu slyšení hlasů děláme dobrovolně, má pro nás velký smysl.

Facilitátor je v prostředí, kde skupina probíhá, přítomen zpravidla o půl hodiny dřív a vítá členy, kteří přicházejí. V pět odpoledne se lidé sesednou do kroužku a mají prostor na sdílení novinek a diskusi. Pokud přijde nový člen, má možnost a vlastně i povinnost seznámit se s pravidly, které si členové skupiny definují sami. Facilitátor má příležitost moderovat diskusi a také si všimnout, zda lidé mluví o své vlastní zkušenosti – s hlasy.

Slyšení hlasů chápeme v nejširším možném významu, jako fenomén, který členové slyší, vidí nebo vnímají, a jejich okolí ne. Každý člen skupiny má svůj jedinečný životní příběh, své jedinečné zážitky nebo zkušenosti s takovým fenoménem. Slyšení hlasů může být pro ně velmi konkrétní, každodenní, mnohotvárné, ale i metaforou zvláštních prožitků, pro něž hledají vysvětlení. Jako facilitátor jsem svědkem takového hledání a někdy, zdá se, i nacházení smyslu, příčin nebo souvislostí těchto zkušeností s ostatními prožitky.

Michal Kašpar

ŠKATULKY V POHYBU!

Na Designbloku 2018 jsme úspěšně zahájili destigmatizační kampaň NEŠKATULKUJME! NA ROVINU o duševním zdraví! Během šesti dnů trvání veletrhu jsme oslovili tisíce návštěvníků, rozdali mnoho informačních letáčků a hodiny diskutovali se zájemci o téma. A rozhodně nekončíme. Škatulky se hýbou dál. V prosinci a v lednu jste je mohli vidět v Pasáži českého designu a začátkem února v Městské knihovně na Mariánském náměstí, jako doprovodný program Festivalu Na hlavu. Destigmatizační kampaň Neškatulkujme! Můžete také sledovat na sociálních sítích s #neskatulkujme!



Centrum Karlín a Centrum Podskalí má nové ředitele

Nový ředitel Centra Podskalí Tomáš Kasík začal přebírat funkci od dosavadního ředitele Ondřeje Skály již koncem roku 2018. S plným nasazením se nové funkce ujímá od února 2019.

Nová ředitelka Centra Karlín Gábina Kallová se ujala funkce v lednu 2019 po Honzovi Sobotkovi, který se stal výkonným ředitelem Fokusu Praha.

Podporovatelé v oblasti duševního zdraví z Accenture se školí ve Fokusu

V lednu a únoru 2019 ve Fokusu běží čtyři navazující školení pro nově vznikající tým tzv. Mental Health Allies společnosti Accenture. Nevíte, co znamená Mental Health Ally? Volně to můžeme přeložit jako „podporovatelé v oblasti duševního zdraví“. Tito podporovatelé budou pak na svém pracovišti sloužit jako lidé, na které se kolegové mohou obrátit v případě, že mají psychické potíže. Budou schopni je vyslechnout a bude-li třeba odkázat na profesionální služby. Díky společnosti Accenture za zájmovou příležitost a především za to, že se stará o duševní zdraví svých zaměstnanců.



Fokus Praha se připojil k výzvě vzdělavatelů pro MPSV

Fokus Praha se připojuje k výzvě, kterou adresují MPSV vzdělavatelé – Tudytam, Portus Praha, Diakonická akademie, Sociální agentura, Quip, Centrum pro rozvoj péče o duševní zdraví, Česká alzheimerovská společnost. Výzva vzdělavatelů v sociálních službách se vztahuje k nastavení a fungování systému akreditací vzdělávání dle zákona 108/2006 sb. Celý text výzvy si přečtete [webu](#) Fokusu Praha.

PETER BULLIMORE OPĚT V PRAZE

Zveme na další workshop s Peterem Bullimorem a Kate Crawford s názvem „Jak pracovat s lidmi, jejichž dětství poznamenalo trauma, strach a zneužívání“. Dvudenní workshop proběhne 9. – 10. 4. 2019 ve Starém purkrabství na Vyšehradě v Praze. Workshop pořádá Centrum vzdělávání Fokusu Praha, kde se také můžete přihlásit. Cena za workshop je do 10. 3. 2019 3 850,- Kč včetně DPH, po tomto termínu 4 450,- Kč včetně DPH.

A pro inspiraci se můžete podívat na [videorozhovor](#) s Peterem.

„...a pro ten čas, který si své růži věnoval, je ta tvá růže tak důležitá“
(Antoine de Saint-Exupéry)

Fokus Praha Komunitní tým Dolní Povltaví nabízí rodičům, prarodičům, partnerům, sourozencům a všem, kdo sdílí život a pomáhají svým blízkým s duševním onemocněním, program

SETKÁVÁNÍ RODIČŮ A BLÍZKÝCH OSOB LIDÍ S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM



NABÍZÍME

- Sdílení zkušeností, životních starostí, ale i radostí spojených s péčí o blízkou osobu
- Získání nových informací od odborníků z oblasti psychiatrie a sociálního zabezpečení
- Pobyt v bezpečném prostoru s možností popovídat si u čaje či kávy
- Možnost poskytnout si vzájemnou podporu v často nelehkých životních situacích

TÉMATÁ

- Duševní poruchy, příznaky, průběh onemocnění, možnosti léčby, stigmatizace
- Krize, hospitalizace dobrovolná i nedobrovolná, kritické okamžiky nemoci.
Kam se obrátit o pomoc
- Medikace, hlavní a vedlejší účinky, důvody odmítání a nepravdivé užívání léků
- „Svěprávnost“ – omezení způsobilosti k právním úkonům

Setkání budou probíhat od 17:00 do 18:30 hod.
v pondělí 14.1., 4.2., 25.2., 18.3., 8.4., 29.4., 13.5., 3.6.
a 24.6. 2019 v Praze 8 – Kobyliších, Bořanovická 302/10

Provázet Vás budou sociální pracovníce Jaroslava Skučková a psychologka Mgr. Monika Štarková. Pokud máte zájem o informace nebo jste rozhodnutí se zúčastnit setkávání, tak nás prosím kontaktujte na telefonu 773 073 937 či 778 760 822 nebo e-mailem na kt.povltavi@fokus-praha.cz



Fokus Praha z.ú.
Komunitní tým Dolní Povltaví
Bořanovická 302/10, Praha, 8 – Kobylišy
www.fokus-praha.cz



BENEFIČNÍ AUKCE FOTOGRAFIÍ

V listopadu proběhl již třetí ročník benefiční aukce fotografií. I letos jsme zájemců a filantropů představili fotografie českých a moravských fotografů, kteří svá díla darovali do naší aukce.

Nakonec jsme v benefiční večer představili našim dražitelům 52 děl a všechny až na jedno ten večer našly nového majitele. **Výtěžek aukce – skvělých 210 000,- !!! – podpoří konkrétní lidi s duševním onemocněním v jejich snaze vést důstojnější a lepší život.**

DĚKUJEME VŠEM – dárcům fotografií, dražitelům, partnerům, kteří nás podpořili v realizaci akce i všem návštěvníkům a podporovatelům, kteří se benefice zúčastnili.



HRŮZOSTRAŠNÁ VÝSTAVA

Objekty a výtvarné počiny Michala Štingla budete moct od 6. 2 do 6. 3. Vidět a „zažít“ v Chodbě zapomnění v sídle Centrály Fokusu Praha v Dolákové ulici.

Srdečně zveme! Vstup volný. Dveře otevřené.



Nová arteterapeutická skupina

V Denním sanatoriu Centra Břevnov v březnu zahájí činnost nová arteterapeutická skupina. Klienti se budou scházet každou středu od 10 hodin. Program je určen pro lidi s psychotickým onemocněním, poruchami nálady, těžšími neurotickými obtížemi, kteří jsou ochotni využívat jako komunikační prostředek kromě verbálního projevu i svůj potenciál výtvarný. Více info [na stránkách Fokusu Praha](#).



SPIRITUALITA A DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

Jiří Motl a Matyáš Müller přijali pozvání na besedu Studia 27 a svépomocného klubu MOSTY na téma „Spiritualita a duševní zdraví“ Oba hosté již delší čas zkoumají roli spirituality v životě lidí s duševním onemocněním. Moderování se ujala Eliška Mejnarová a Břetislav Košťál. Přijďte 14. února do Skautského institutu na Staroměstském náměstí.

Začínáme v 18:00, vstupné dobrovolné.

Martin Novák: Naděje umírá poslední

Jeho diskotéka v jednom z pražských hudebních klubů proběhne koncem února. Včetně menších společenských událostí se tak bude jednat asi o osmou akci se svépomocným Klubem Mosty. Pro všechny pracovníky i klienty Fokusu Praha uspořádal také předvánoční diskotéku v Centru vzdělávání. Také spolupracuje na akcích, které probíhají každou sobotu v Nadaci Bona.

Martinovi je 41 let a deset roků se živil jako profesionální dýdžej. Vystupoval ve známých klubech jako Duplex, Kostka nebo Klec. Jako rodák z Bohnic pravidelně pořádá akce v Šafránu na Odře a Nashvillu na Krakově i dětské diskotéky v rodinném klubu. Vedle hraní na diskotékách měl také stálý příjem z pracovního úvazku uklízeče metra. *“S hraním jsem začínal jako patnáctiletý puberták u kolotočů na Výstavišti. Pouštěl jsem muziku, lákal lidi na ruské kolo a další prodlouženou jízdu,”* popisuje Martin Novák.

Vydělával si až sedm tisíc za večer. Ušetřil si na profesionální aparaturu a nakoupil deset tisíc cedéček. Jenže zhruba před pěti lety na něho přešel milionový dluh jeho otce. Ten prosázel peníze ve sportce. Martin tak přišel o všechno včetně bytu a tři roky žil na ulici. *“Kdo neprošel ulicí, ten si sám sebe nedokáže vážít. Přežíval jsem i na jídle z kontejnerů u supermarketů. A taky jsem poznával cizí lidi, kteří mi pomáhali a dávali náboj do života.”*

Na Palmovce byl při potyčce baseballovou pálkou poraněn na hlavě. Tři dny strávil v nemocnici v umělém spánku. *“Následující rok jsem třeba poznával svoji mámu, která pro mne v tu chvíli byla cizí člověk,”* říká. Následně se u něj rozvinula poutřezová schizofrenie včetně slyšení hlasů. Hudba a kreslení mu pomáhají zvládnout dlouhodobou hospitalizaci. Má rád, když se lidi baví a je jedním z mála dýdžejů, kteří vůbec nepijí alkohol.

Nejraději má z hudby osmdesátá a devadesátá léta. Z té současné si vybírá hlavně Transmissions. *“Třeba ve Spojených státech na Miami Beach se lidé umějí mnohem lépe bavit. Postaví velké podium, vystřídají se desítky dýdžejů, sjedou se lidé z celého světa a tančí se tři dny v kuse. Podobné je to ve Španělsku, Itálii. Já jsem chodil na transmissions na výstaviště, ráno jsem třeba nic neslyšel, ale užil jsem si to.”*

Důležité je podle něj bavit lidi, aby se odreagovali. Tanec doporučuje i jako výbornou pohybovou aktivitu, zvláště po nabírání hmotnosti o vánočních svátcích. *“Přijďte se pobavit a shodit nějaké to kilo na diskotéce. U nás na oddělení v nemocnici se každý spravil o deset kilo a já dokonce o třináct. I když pohyb mám, tak u mne to dělají hodně prášky,”* vypráví Martin.

Vždycky chtěl zkusit dělat v rádiu. Během hospitalizace však nemá ani dostatečný přístup k internetu, aby sledoval pracovní nabídky. Navíc to nyní vypadá, že se bude stěhovat do Kutné Hory. Byl totiž zařazen do projektu chráněného bydlení. *“Dostanu nového opatrovníka a bydlení vypadá moc pěkně. I když se mi nechce z Prahy, když jdu okolo našeho domu na sídlišti v Bohnicích, tak vždycky brečím. Ale tohle je nová příležitost,”* uzavírá Martin Novák.

Michal Štingl



Z TVORBY

Pavel Oulík OCELOVÝ PES

Temné místo

Ocelový pes vidí do temného místa. Nejsou mu neznámé temné hvozdy, ostrá tráva, o kterou by se člověk mohl pořezat, ani mrazivý vánek, jenž se tam nachází v každém ročním období. Už několikrát se pokusil vejít dovnitř, aby zachránil nějakou nešťastnou duši, která se tam ztratila, ale nikdy se mu to nepodařilo. Ocelový pes není záchranář, i když po tom tuze touží.

Vlk

Když ocelový pes vyje na měsíc, kdekdo by si ho mohl splést s vlkem. Ale oceloví vlci neexistují a to ví přece každý. Jednoho večera potká ocelový pes vlka, jehož setkání natolik vystraší, že se schová v blízké noře a tři dny nevystrčí čumák. O ocelových psech si vypráví i zvířata.

Pán

Ocelový pes měl mnoho majitelů, ale žádný ho nikdy nevlastnil. Vlastnit ocelového psa je jako vlastnit myšlenku, která patří všem a tím pádem nikomu. Kdy si jsem s ocelovým psem chodil po pustině i já, ale nemělo to dlouhého trvání. Ocelový pes s nikým nevydrží dlouho. A tak mi o něm zbyly jen vzpomínky a zápisky v deníku. Čas od času si o něm něco přečtu a sním o tom, jaké to je, chodit po boku ocelového psa.

Dva

Když se setkají dva oceloví psi, stát se může cokoliv. Nebudou spolu soutěžit, ani se rvát, ale temné místo na jejich setkání bezpochyby zareaguje. Třeba strhne nějakého chudáka do svých útrob. A proto se oceloví psi tak málo scházejí.

Starý pes

Dnes už nikdo neví, jak vytvořit ocelového psa. Toto umění zmizelo stejně jako mnoho dalších po období úpadu. Ale dodnes jich několik chodí světem, opravování oceláři, kteří ještě pamatují některé ze starých postupů. Co bychom dělali bez ocelových psů?

Otázka

Nikdo neví, proč temné místo krade lidi do svých útrob. Ptal jsem se na to ocelového psa, který zapomněl, jak mluvit, a místo odpovědi jen nepřátelsky zavřel. Vzhledem k tomu, že se z temného místa ještě nikdo nikdy nevrátil, nevzejde odpověď ani odtud. V temnotě je zrádné hledat světlo.

Opatrovník

Ocelový pes žije hlavně pro dobrodružství, byl k tomu postaven. Také proto si často na chvíli najde někoho, kdo o sobě bude prohlašovat, že je jeho majitelem. Ale opak je pravdou, protože ocelového psa není možné vlastnit. Jen na nějakou chvíli je možné jít stejným směrem a tempem, aby to vypadalo, že jdou spolu.

Ocelové zuby

Jsou tací, kdo na ocelové psy útočí. Je to výborný způsob, jak zjistit, že ocelové zuby projdou doslova vším. Těžko říct, odkud ta agrese pochází, snad z pocitu, že jsme se na Zemi měli lépe, než věda dokázala vytvořit něco takového, jako je ocelový pes. Snad. Anebo jsou to prostě lidé, kteří si chtějí dokázat, že jsou pány všeho, co kráčí po zemi. Ti pak zjistí, v jakém žijí omylu.

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.

SOCIÁLNÍ FIRMY FOKUSU PRAHA

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



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
www.sf-zahrada.cz



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
Tel: 773 073 936
www.sf-ukrejciiku.cz



NAVŠTIVTE WEB CESKEGALERIE.CZ



Galerie Klatovy/Klenová
Obrazy zimy

PŘEHLED VÝSTAV

01-02/2019

Galerie České republiky



Dům umění
České Budějovice
Buchner Bründler
Architekten

Galerie moderního
umění v Roudnici
nad labem
Mikuláš Medek



Muzeum umění
a designu Benešov
Kamila Zenatá

Vydal
Fokus Praha, z.ú.

Grafická úprava
Pavel Lukáš

Redakce
Eva Čížinská

Kontakt
pr@fokus-praha.cz
www.fokus-praha.cz