

PRAŽSKÉ

32. ČÍSLO • VYDÁNO 9. 7. 2019

FOKUSOVINY

INFORMAČNÍ MAGAZÍN FOKUSU PRAHA



Vážení čtenáři,

Je před vámi další číslo Pražských Fokusovin. Během jara k nám přilétla inspirace a poučení od mnoha odborníků v péči o duševní zdraví a na druhou stranu nám mnozí lidé dovolili nahlédnout do svých osobních příběhů zkoušených duševním onemocněním i necitlivou péčí okolí. Mohli jsme se ptát, jestli děláme pro lidi se zkušeností s duševním onemocněním dost nebo jestli to, co děláme, je to správné. Jaro ve Fokusu nám poskytlo mnoho podnětů k přemýšlení a posunům snad správným směrem...

Zkoumali jsme kvalitu našich služeb. Tým podpory zaměstnávání obstál při používání metody IPS. Byli jsme na zkušené v Irsku. Poslouchali příběh Petera Bullimora a Kate Crawford. Nechali se inspirovat otevřeným dialogem. Připravili výstavu Veronice Lacinové. Manažeři Fokusu zlepšují své výkony na kurzu 7 sta-tečných.

A stále razíme destigmatizaci, aktuálně v rámci kampaně EASI CUP 2019! Podívejte se na video, ve kterém fotbalové celebrity propůjčili svá jména myšlence osvěty duševního zdraví. A organizujeme mezinárodní fotbalový turnaj, kterého se zúčastní 300 lidí z celé Evropy, které propojuje téma duševního zdraví. Po prázdninách nás čeká 30. ročník Týdnů pro duševní zdraví. Bude pro vás připravena celá plejáda akcí – nejen z dílny Fokusu Praha.

Je toho před námi hodně, tak načerpejte během dovolených síly – fyzické i duševní a odpočiňte si třeba při čtení Pražských Fokusovin. Články pro vás tentokrát glosoval Tomáš Vaněk.

Přeju vám krásné, pokud možno nikoliv neklidné léto!

Eva Čížinská

CO NOVÉHO V REFORMĚ?

OTÁZKY PRO PAVLA NOVÁKA

Co se dělo v poslední době v Reformě?

Budu mluvit za regionální koordinátory Reformy. Naším úkolem bylo zpracovat krajský plán péče o duševní zdraví na období 3 nejbližších let a s výhledem 10 let. Tyto plány mají 7 kapitol – řízení a koordinace, financování, sítě služeb, destigmatizace, vzdělávání, zapojování uživatelů a kvalita. Vzhledem k tomu, že jsme se zatím prioritně zabývali cílovou skupinou lidí se závažným duševním onemocněním (SMI – severe mental illness), tak plán reflektuje především oblast pro tuto cílovou skupinu. Oblast pro další skupiny bude nyní postupně následovat.

A jak je to s rozvojem sítě služeb?

Chceme, aby služby podporovaly a umožňovaly žít lidem s duševním onemocněním v přirozeném prostředí, aby byly dostupné a efektivní a tvořily systém, aby byly zaměřeny na zajištění širokého spektra potřeb a pomáhaly v uplatňování práv uživatelů, aby podporovaly zotavení. To je rámcový cíl, ke kterému by měl nově nastavovaný systém služeb směřovat.

Klíčovým opatřením je pokrytí celé Prahy Centry duševního zdraví, a to ve výhledu 10 let. Vzhledem k tomu, že od června začalo fungovat CDZ pro Prahu 6 v rámci pilotního programu, máme v Praze nyní 5 funkčních CDZ.

Dále působí v Praze 2 terénní komunitní sociální týmy a v horizontu 3 – 5 let by jich mělo být dalších 7. To znamená minimální navýšení o cca 50 úvazků. A do 10 let by se měly tyto týmy přeměnit v plnohodnotná CDZ i se zdravotní složkou. MPSV přislíbilo zafinancovat rozvoj terénních služeb, hl.m.Praha proto požádalo MPSV o finanční prostředky na posílení kapacit těchto týmů. MPSV zároveň přislíbilo, že v novele zákona č. 108 o sociálních službách bude CDZ uvedeno jako samostatný druh služby. Plnohodnotné fungování CDZ také závisí na financování zdravotní části.

A co teprve ta nefunkční centra? Musíme doufat, že ve výhledu 100 let jich vůčihledně ubude!

VZP se hlásí k financování CDZ, která projdou pilotním projektem. O financování dalších CDZ v Praze zatím VZP nejedná.

A jak je to s bydlením? Už se rozběhl avizovaný nový systém sociálního bydlení od Magistrátu?

Ano, nová pravidla pro poskytování sociálního bydlení již jsou Magistrátem schválena. Někteří klienti Fokusu Praha (asi 20) i dalších služeb již požádali o sociální byt, nyní čekají, až bude jejich žádost projednána Komisí MHMP.

Komise „Možná Honem, Možná Pomalu“ pro ty, co neumí číst ve zkratkách.

Bohužel to vypadá, že ten schvalovací proces bude trvat několik týdnů až měsíců. Ale zase bude možné přechod do bytu dobře připravit. V „zabydlování“ budou pomáhat týmy podpory bydlení příp. CDZ.

Zabydlet byt je někdy fuška...

Nyní je schváleno navýšení sítě služeb bydlení v Praze v období 2019 - 2021 o cca 30 úvazků sociálních pracovníků. Ale MPSV jsme žádali o cca dvojnásobek. Pokud se do těchto sociálních bytů posunou klienti, kteří jsou dnes v chráněném bydlení, budou moci CHB využít klienti, kteří si zatím na sociální byt nevěří.

Zároveň se většina služeb, které poskytují podporu v bydlení, domluvily na společném postupu při přijímání klientů do těchto služeb, aby klienti nemuseli obcházet všechny služby a podávat do všech žádosti.

A jak je to se zaměstnáváním?

Třetí klíčový prvek pro fungování v běžném životě je možnost zaměstnání. V rámci rozvoje sítě služeb počítáme s rozvojem modelu IPS (specifická metoda podporovaného zaměstnání - individual placement and support) o cca 30 úvazků, ale také podporu programů tréninku zaměstnání jako např. tréninkových kaváren. Začali jsme také hledat možnosti podpory sociálního podnikání ze strany Hl.m.Prahy. Na konferenci Sociální přínosy veřejných zakázek zazněla celá řada příkladů veřejných zakázek, které mají sociální dopad a které realizují sociální podniky, které zaměstnávají osoby znevýhodněné na trhu práce. Magistrát Hl.m.Prahy však takové zakázky zatím běžně nevyplácí a nemá s tím dost zkušeností, ale snad se to změní.

Paralelně se také sešla pracovní skupina pro zaměstnávání, které se účastnily neziskové organizace, ale také zástupci Úřadu práce.

A jak to bude s lůžky?

Akutní psychiatrická lůžka by výhledově měla být geograficky rovnoměrně rozložena tak, aby se zvýšila dostupnost péče pro všechny Pražany, zároveň by počet psychiatrických lůžek na jednom místě měl být omezen (uvažujeme o cca max. 120 lůžkách). Také by tato lůžka neměla být vyčleněna z běžného zdravotnictví, tak jak je to dnes v psychiatrických léčebnách. Integrace těchto lůžek do všeobecné nemocnice by kromě snížení stigmatizace měla také snížit náročnost řešení somatických problémů pacientů na psychiatrii. Aktuálně se se somatickými problémy pa-

V každém sociálním bytě bude lůžko, na které se klient uloží. Klienti Chráněného bydlení jsou zvyklí ukládat se na lůžko samostatně. Klienti, kteří si ještě na samostatné ukládání se nevěří, budou v rámci hospitalizace ukládání na lůžko zdravotním personálem. Tím si tuto dovednost do budoucna osvojí.

cientů PNB jezdí do ostatních nemocnic, vždy v doprovodu zdravotního personálu, který pak chybí na oddělení.

To je ale zatím hodně vzdálená budoucnost a je k tomu potřeba ještě hodně vyjednávání a příprav. Nicméně VZP je ochotná jednat o zřízení psychiatrických oddělení ve všeobecných nemocnicích.

Na čem je obecně shoda, je to, že by v Praze mělo být výhledově 400 - 600 akutních psychiatrických lůžek. To vychází z doporučení WHO, cca 40 lůžek na 100.000 obyvatel. I k tomu bude potřeba ujit velký kus cesty, nicméně bychom k tomu chtěli v průběhu podzimu ustavit speciální pracovní skupinu. Aktuálně je v Praze 411 akutních lůžek, včetně lůžek pro děti.

Bude se tedy počet lůžek v PNB snižovat?

Jednoznačně, nyní vyjednáváme, o kolik lůžek je možné redukovat stav v PN Bohnicích. Já a komunitní služby jsme ambicioznější, mluvíme o redukcí až o 130 lůžek během 3 let, ředitel PNB Martin Hollý je opatrnější, hovoří o redukcí cca 50 lůžek. A ten rozdílný pohled je poměrně logický. Ředitel PNB musí uvažovat také v ekonomickém kontextu, vzhledem k tomu, že PNB je financovaná především za obsazené lůžko, redukce lůžek přinese nemocnici nižší výnos, ale zároveň po nějakou dobu nese stále stejné náklady. A to si jako

správný hospodář ředitel nemůže dovolit. O tom, jak psychiatrickým nemocnicím saturovat tento ekonomický propad se nyní intenzivně jedná. Druhá rovina je samozřejmě ta lidská, nemocnice nechce propouštět pacienty, kteří nemají kam jít a nemají zajištěnou podporu. Je pravda, že pacienti, kteří jsou v PNB dlouhodobě hospitalizováni (z cenzu ze září 2018 vyšlo, že to bylo 279 pacientů déle než 6 měsíců, a z toho 68 déle než 5 let) mají často i somatické problémy, nemají finanční příjem, někteří mají soudně nařízenou ústavní péči.

Reálně ale minimum dlouhodobě hospitalizovaných pacientů má tak velké psychiatrické problémy, aby museli být permanentně hospitalizováni. Potřebují zejména podporu v sociální oblasti, pomoc v soběstačnosti a sebeobsluze. Často potřebují permanentní podporu nebo alespoň dohled.

Tito klienti jsou nyní postupně navazováni na terénní komunitní služby, které s nimi začínají pracovat na tom, aby mohli Bohnice opustit, společně s personálem na oddělení mapují sociální zázemí, vlastní potenciál klientů a možnosti fungování v běžné komunitě.

A dnes již máme příklady, kdy se to daří, jen letos opus-tilo PNB do komunitních služeb více než 40 klientů.

Musím říci, že se spolupráce mezi komunitními službami a Psychiatrickou nemocnicí Bohnice permanentně zlepšuje a také dostává více systém. Určitě by tomu ještě pomohla větší kapacita pro tuto spolupráci na obou stranách, vzdělávání ve společné práci zaměřené na individuální plánování, zotavení, vzájemné stá-že, apod.

Jestli to dobře chápu, je potřeba akutní lůžko vyvést ven z nemocnice do komunity, třeba na předzahrádky restaurací, do vestibulů metra, do parků a vlastně kamkoliv, kde je lůžko akutně potřeba.

Pokryjí ale CDZka všechny případné krizové situace v Praze?

To určitě ne, jednak nejsou CDZka ještě po celé Praze a také nejsou v plné personální kapacitě. Ale i tak bude potřeba mít zajištěnou krizovou pomoc. V tuto chvíli ji poskytují jen RIAPS a CKI v Bohnicích a terénní krizový tým FP a DS Ondřejov. Každá služba je zaměřena trochu na jinou cílovou skupinu, každá má jiné způsoby práce, navíc nejsou tyto služby dostatečně koordinované. K tomu by se měl postupně pilotovat tým časných intervencí. Ale i tak to bude asi znamenat určité posílení krizových služeb.

MAPA SLUŽEB V PRAZE S VYMEZENOU LOKALITOU PŮSOBENÍ

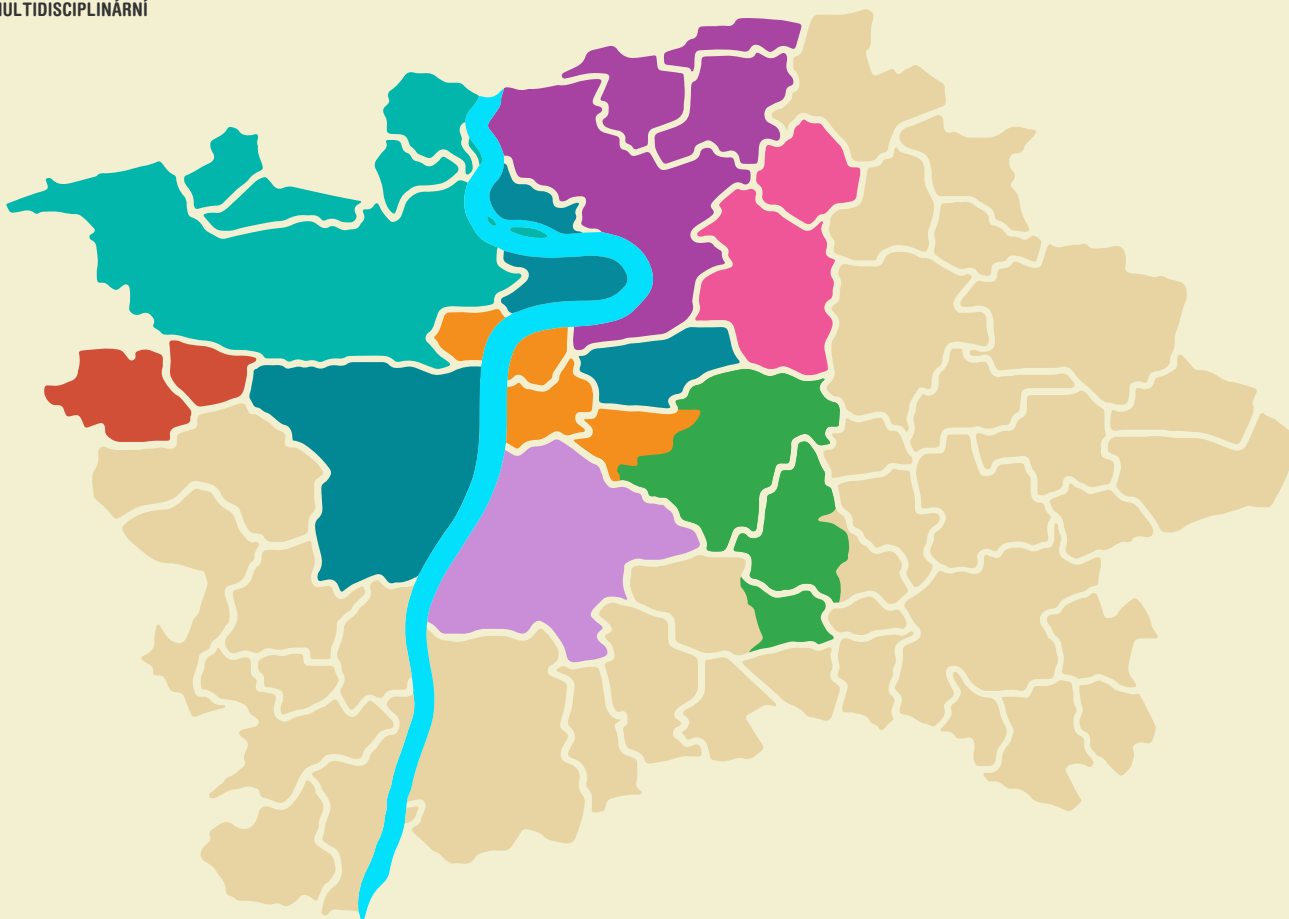
Terénní komunitní týmy (včetně CDZ) jsou týmy, které mají odpovědnost za komplexní zajištění potřeb klientů se závažným duševním onemocněním v jejich stanoveném spádu. Znamená to, že jsou ty uzlové / kontaktní služby a tyto služby pak navazují klienta na další potřebné služby (včetně např. chráněného bydlení, asistenční služby, pečovatelské služby, home care, apod.)



Praha – CENTRA DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ A TERÉNNÍ KOMUNITNÍ TÝMY

Městská část resp. správní obvod	počet obyvatel	městská čtvrť	tým	kontaktní tel. Tým	kontaktní osoba	tel.	e-mail
Praha 1 Praha 2 Praha 10 – část	109 000	Staré Město, Malá Strana, Josefov, Hradčany, Nové Město, Vinohrady, Vršovice, Nusle (Praha 2), Vyšehrad	CDZ Podskalí Fokus Praha + PK Ke Karlovu	774 804 923	Mgr. Madla Flaková – vedoucí týmu	774 804 915	barbora.cermakova@bona-ops.cz
Praha 6	112 000	Dejvice, Vokovice, Ruzyně, Veleslavín, Liboc, Střešovice a část Břevnova, Bubenče, Hradčan a Sedlce	CDZ pro Prahu 6, Fokus Praha + ÚVN Střešovice	773 073 935	Kateřina Květoňová, DiS. – vedoucí týmu	775 891 686	kt.zapad@fokus-praha.cz kvetonova.katerina@fokus-praha.cz
Praha 8	112 000	Bohnice, Libeň, Karlín, Kobylisy, Čimice, Střížkov (část), Troja (část)	CDZ 8 Fokus Praha + PN Bohnice	734 785 000	Bc. Ondřej Plecháček	604 668 688	info@cdz8.cz drobny.jan@cdz8.cz
Praha 9 Praha 18	85 000	Vysočany, Hrdlořezy, Prosek, Střížkov (část), Hloubětín (část), Letňany	CDZ 9 Fokus Praha + PN Bohnice	734 785 106	Bc. Jan Drobný – ředitel CDZ	777 800 410	info@cdz9.cz drobny.jan@cdz8.cz
Praha 10 – část Praha 11 – část Praha 15 – část	120 000	Strašnice, Malešice, Záběhlice, Háje, Hostivař	CDZ Eset Es- et-help + Klínika Eset	224 316 135 (příjmový telefon 9:00 – 17:00, PO – PÁ)	Bc. Libor Hejl – vedoucí sociální pracovník	734 596 536 (soc.prac.), 773 261 010 (ps. sestra)	kt@esethelp.cz asertivni.tym@esethelp.cz
Praha 3* Praha 5* Praha 7*	200 500	Žižkov, Holešovice, Bubeneč (část), Smíchov, Radlice, Hlubočepy, Jinonice, Motol	Komunitní tým Karlín Fokus Praha	778 764 738	Mgr. Eva Kudrnová – vedoucí týmu	778 766 490	kt.karlin@fokus-praha.cz kudrnova.eva@fokus-praha.cz
Praha 4*		Nusle, Bráník, Krč, Michle, Podolí, Záběhlice (část), Vinohrady (část)	Terénní tým pro Prahu 4, Bona o.p.s.	736 483 957	Bc. Barbora Čer- máková – vedoucí týmu	736 483 957	barbora.cermakova@bona-ops.cz
Praha 17*		Řepy, Zličín, Sobín	Komunitní tým Břevnov Fokus Praha	773 073 935	Mgr. Michala Andělová – vedoucí týmu,	770 126 122	kt.zapad@fokus-praha.cz andelova.michala@fokus-praha.cz

* NENÍ MULTIDISCIPLINÁRNÍ



PROHLÁŠENÍ FOKUSU PRAHA K SITUACI KOLEM SYSTÉMOVÝCH A DALŠÍCH ZÁVAŽNÝCH NEDOSTATKŮ, VYPLÝVAJÍCÍCH ZE STÍŽNOSTÍ LIDÍ A PŘÍBĚHŮ ZVEŘEJNĚNÝCH NA STRÁNKÁCH WWW.NEKLID.NET

Zveřejněno: 15. duben 2019

Reforma psychiatrické péče probíhá již od roku 2013 a jde v ní o změnu systému péče, v rámci které se vytvářejí nové služby, jako je např. Centrum duševního zdraví, transformují se psychiatrické léčebny a mění se způsob financování. Fokus Praha se reformy účastní a aktivně ji podporuje. Zároveň také podporuje změnu přístupu k lidem se zkušeností s duševním onemocněním. Cílem reformy je také zvýšení kvality života lidí s duševním onemocněním a ochrana jejich práv.

V posledních týdnech se na internetu začala z iniciativy Michala Štingla objevovat svědectví lidí, pacientů, kteří si z hospitalizací v psychiatrických nemocnicích odnášeli šrámy na duši, především po nedobrovolných hospitalizacích. Jsme přesvědčeni, že hlas těchto lidí by česká psychiatrie měla brát vážně. Smysluplné změny lze provést jen tehdy, když se na nich budou podílet pacienti, lékaři a odborníci z řad komunitních služeb. Mezi bývalými i současnými pacienty je mnoho velmi schopných lidí, kteří se mohou do procesu změn zapojit a být velmi prospěšní.

Lidem, kteří se rozhodli zveřejnit svůj příběh na internetu, fandíme v jejich úsilí a oceňujeme jejich odvalu. Vzhledem k tomu, že nejspíš čelí velkému tlaku, nabízíme jim prostory pro sdílení a zpracování svých zážitků ve svépomocných skupinách nebo i, v případě zájmu, profesionální služby. Nabízíme pomoc s postoupením příběhů ombudsmance a vyjednávání s jejím úřadem.

Ataka psychického onemocnění může výrazně ovlivnit aktuální prožívání. To ale neznamená, že svědectví takových lidí jsou irelevantní, právě naopak. To bychom ve stejné logice museli odvrhnout například svědectví všech obětí ohrožených na životě, protože taková situace zasáhne do lidského prožívání s obdobnou silou jako psychotická ataka. Mohu svět vnímat v určité chvíli velmi popleteně, vzpomínky na prožitou bolest, stud, ponížení jsou přesto obvykle autentické. Bagatelizování jejich zážitků a prožívání odporuje modernímu pojetí péče o duševní zdraví i etickému přístupu profes-

cionála k pacientovi. Způsob, kterým se bývalí pacienti domáhají nápravy, nám může připadat někdy nešikovný nebo nátlakový. Po prožitém traumatu a v situaci bezmoci, kdy se těžko dovolávají nějaké reakce, se ale není čemu divit. Jsme přesvědčeni, že je nezbytná otevřená diskuse založená na vzájemném respektu a úctě – profesionálů k pacientům a pacientů k profesionálům, vždyť ti i ti jsou nakonec a především lidmi, se stejnými právy, povinnostmi a chybami. A bez zpětné vazby nemocných – těch spokojených, ale i těch nespokojených – nemáme možnost systém péče a přístup k lidem s duševními obtížemi vůbec změnit. Objektivní škály, zobrazovací metody ani rozborů krve nám to nikdy v plnosti neřeknou.

Uvedené příběhy obsahují opakující se motivy, které mohou poukazovat jak na individuální selhání, tak na potřebu systémových změn. Je potřeba je využít jako zpětnou vazbu, ne se jim bránit a zastrašovat. V nedávné době proběhlo hodnocení jednotlivých psychiatrických nemocnic nástroji WHO. Výsledky byly koncipovány jako neveřejné a slouží výhradně jako zpětná vazba managementům jednotlivých nemocnic. Požadujeme proto zveřejnění výsledků šetření a konkrétní nápravu systému a stavu v jednotlivých nemocnicích.

Požadujeme, aby řešení nedobrovolných hospitalizací a používání restriktivních opatření bylo prioritou Národního akčního plánu pro duševní zdraví, aby Česká republika přijala opatření, která budou dostatečně efektivně monitorovat omezování práv v systému psychiatrické péče a také případnému omezování dostatečně účinně předcházet.

Pacienti se mohou dovolat u Fokusu zastání... Tak ale aby to platilo všude, a ne jen v kanceláři ředitele!

**Mgr. Petr Hudlička,
ředitel Fokusu Praha, z.ú.**

EASI CUP 2019... bez předsudků!!! již brzy v Praze a to díky Fokusu Praha!!!

Zdravím všechny fokusáky a příznivce!

Přípravy sportovně – osvětové akce EASI CUP 2019... bez předsudků!!! vrcholí a rád bych se s vámi za celý realizační tým této významné události podělit o dílčí dojmy a zážitky.

Proč to všechno?

Celý projekt je postaven na myšlence, že pokud chceme skrze naše služby vytvářet důstojné podmínky k životu pro lidi, s kterými pracujeme, tak také musíme trochu pohnout s pohledem celé společnosti na témata s duševním zdravím spojená. Chceme, aby lidi co nejotevřeněji mluvili o svých problémech, a také chceme, aby lidem přišlo normální bydlet vedle někoho, kdo ty problémy má. Protože pokud se nám toto nepodaří, budeme se stále točit v bludném kruhu, kdy sice budeme poskytovat tu nejlepší službu směrem k zotavení, ale široká veřejnost bude ta, kdo bude rozhodovat o kvalitě/nekvalitě života lidí s duševním onemocněním.

Kde jsme a co se nám daří?

Chtěli jsme uspořádat mezinárodní fotbalový turnaj pro lidi s vážným duševním onemocněním. **Nakonec přijede přes 20 týmů z 12 evropských zemí.**

Chtěli jsme pro akci získat mediálně známou osobu. **Máme Vládu Šmicra, vítěze Ligy mistrů, jako patrona a akci zaštil ministr zdravotnictví Adam Vojtěch.**

To je asi poprvé, co není patron divnej Jen tak dál!

Chtěli jsme do médií. **Byli jsme v TV Seznam, na rádiích Wave a Vltava, další mediální vstupy nás čekají.**

Chtěli jsme natočit mediální spot. **Spojili jsme se s Asociací fotbalových hráčů a společně se známými fotbalisty natočili krátký spot, který by od podzimu měl brázdit televizní obrazovky a to všehnov závě-**

ru s logem Fokusu Praha. Jo, a text ke spotu namluvil Ivan Trojan.

Takže zatím jsme spokojeni. Nevytahujeme se, jenom to vypadá, že to má smysl.

O co Vás chceme požádat?

Budeme rádi za každou podporu. Ať už v myšlenkách anebo čistě prakticky při závěrečných přípravách a v samotném týdnu fotbalového turnaje (termín 15.-19.7). Pokud chcete pomoci jako dobrovolník, pište rovnou na adresu hr@fokus-praha.cz.

Co Vám můžeme nabídnout?

Bylo by skvělé, kdybyste přišli na závěrečný večírek. Sami, s partnerem, s klienty. Najedli se, napili se a zároveň si užili moment slavnostního promítání destigmatizačního spotu a byli u toho, kdy Fokus Praha společně s Asociací hráčů přepisují duševně – sportovní historii. A jestli u toho nechcete chybět, ozvěte se co nejdřív Míše Bolckové na adresu hr@fokus-praha.cz.

Za celý realizační tým Vás zdraví Honza Drobný



Rozhovor s...

Tomášem Kasíkem

Tomáš Kasík je ředitelem Centra Podskalí, v této funkci vystřídal začátkem roku 2019 Ondřeje Skálu.



Jaká byla tvoje cesta do Fokusu?

Po škole a civilce jsem krátce pracoval v oboru mimo Prahu. V roce 2006 jsem se natrvalo přesunul do Prahy, když mě zaujala nabídka zaměstnání ve Fokusu. Na výběrovém řízení jsem navíc potkal Honzu Mužíka, kterého jsem znal jako zpěváka hardcorové kapely, což mě tenkrát potěšilo. Začal jsem pracovat v Dolákovce v tehdejšímu Centru programů podpory zaměstnávání. Tady jsem poprvé spolupracoval s lidmi se zkušeností s duševním onemocněním, snažili jsme se podporovat je při hledání zaměstnání. Po necelém roce a půl jsem odešel s úmyslem zahraničního pobytu. Po svém brzkém návratu jsem tentokrát nastoupil do Eset - Help, kde měli v té době volné místo, a získával další nové zkušenosti. Práci v téhle organizaci jsem si opět zpestřil tentokrát téměř roční cestovatelskou pauzou a kratší prací mimo obor. Zažili jsme s přítelkyní úžasnou zkušenost svobodného života na cestách a poznávali jiné kultury.

Ale obor jsi nezměnil. Dál jsi potom pracoval v sociálních službách s lidmi se zkušeností s duševním onemocněním.

Přiznám se, že jsem v tom období zvažoval, jestli dál dělat sociálního pracovníka. Přemýšlel jsem i o tom, do jaké míry za podfinancování a podobu služeb mů-

žeme my sami jako sociální pracovníci a poskytovatelé služeb. Ptal jsem se, jestli sami děláme dost, chyběl mi důraznější apel na širokou společnost i politiky a zdůraznění potřebnosti oboru jako takového, natož osvěta a zaměření pozornosti na oblast duševního zdraví. Sám jsem ale s nějakou aktivitou a iniciativou nepřicházel. Nakonec jsem se vrátil do Eset - Help a pracoval jako case manager, následně jako vedoucí sociálních služeb, a přitom si dodělal vzdělání zaměřené na management. Práce mi znovu dávala smysl možná i proto, že jsem se mohl podílet na změně a rozvoji služeb. Při své práci jsem potkával samozřejmě i kolegy z Fokusu a seznámil jsem se také s Ondřejem Skálou, který mě později, v období, kdy jsem zrovna přemýšlel, co dál, oslovil s možností práce v Podskalí.

Ve Fokusu Praha pracuješ jako ředitel Centra Podskalí od začátku roku, jak ho vidíš?

O službách Týmu podpory zaměstnávání a hlavně Centra duševního zdraví Podskalí jsem měl poměrně reálnou představu ještě před mým nástupem a vnímám a vnímám stále, že tyhle týmy jsou dost progresivní. CDZ jde od svého počátku za naplněním předpokladů a standardů moderní multidisciplinární terénní služby, zatímco tým TPZ se vydal v rámci ČR na pionýrskou cestu za pokud možno věrným naplňováním metodiky IPS. V obou službách pracují zkušení odborníci, jsou aktivní a navíc vnímám, že mají k Centru Podskalí pozitivní vztah. Dům u Libuše a Hvězdáře také postupně poznávám a zároveň přichází období, kdy se začínáme bavit o tom, kam i tyto služby směřují a jak se mohou dále rozvíjet tak, aby co nejlépe reagovaly na potřeby klientů a celé místní komunity. Celkově se mi líbí, že se v rámci služeb v Podskalí doplňují zkušení kolegové se spoustou let praxe s novými tvářemi, které sice nemají tolik zkušeností z praxe, ale za to mají entuziasmus a potřebné schopnosti a potenciál. Také stále vnímám určitou výzvu v multidisciplinární spolupráci. Myslím, že je to stejně jako celá reforma běh na dlouhou trať, občas překážkovou trať.

A jak vidíš Fokus jako celek? Je takový, jak jsi ho pozoroval zvenku, nebo tě něčím překvapil?

Vždy jsem vnímal Fokus jako organizaci, kde se zohledňuje názor lidí a kde se o důležitých věcech diskutuje. Zároveň vidím, že lidem ve Fokusu není jeho budoucí směřování lhostejné. Sám mám kritickou a konstruktivní diskuzi rád, pomáhá růst a posouvat věci kupředu. Zároveň myslím, že každý bychom měli začít u sebe, nějaká sebereflexe je také potřebná. Skoro bych řekl, že je vstupním předpokladem. Pořád postupně poznávám kulturu organizace a zjišťuji, jak některé mechanismy ve Fokusu fungují, i tím se pořád učím. Myslím, že zvenčí jsem Fokus nevnímal tak mnohohrstevnatý a různorodý.

Už několik let je pryč doba, kdy služby Fokusu Praha byly (kromě Břevnova) čistě sociální. Je to logický směr vývoje k multidisciplinárním týmům. Myslím si, že právě sociální pracovníci mohou v tomto ohledu stále přispívat svojí citlivostí a vzděláním k tomu, aby v té multidisciplinaritě do budoucna nestrádal důraz na etické principy, toleranci a lidská práva.

Lidé si nepřipouštějí, že někdo zneužívá děti.

**Ach bože, zase těžké téma k diskuzi.
Zlatej Kasík, zlatej Hudlička!**

– ČTĚTE VÍCE NA DALŠÍ STRANĚ!

O tabu kolem vzniku psychóz s Peterem Bullimorem

Traumata v dětství často předznamenávají budoucí těžké duševní strádání, slyšení hlasů a rozvoj psychóz. Workshop vedený dvěma „slyšiteli hlasů“ z Velké Británie, Peterem Bullimorem a Kate Crawford o tom přinesl jasná svědectví a zkušenosti podpořené výzkumy.

Peter Bullimore v rozhovoru s Tomášem Vaňkem ze Studia 27: *Jeden liberálně demokratický politik zneužil mnoho dětí. Jiný politik, David Steel, se postavil na jeho obranu s tím, že ho nenechá padnout, i když o všem ví. Proč není zatčen se všemi těmi důkazy? Jsou prostě příliš mocní. Pokud on padne, padnou i ostatní. Takže ho tam musíme nechat, aby ani ostatní nebyli odpovědní za své chování.*

Rozsah celého problému se ve Spojeném Království podle Petera bagatelizuje: *Myslím, že jde o problém celé společnosti. Nechceme věřit tomu, že lidé takové věci dětem dělají. Mluvil jsem na konferenci před několika lety v Londýně, dával*

jsem si pozor, co říkám. Bylo tam hodně lidí. A jeden člověk se mě na to zeptal. Řekl jsem, že teď už nejde pouze o problém pracující třídy, jde o celou společnost. Dotýká se policie, tajné služby MI5, bankovních manažerů, politiků, královské rodiny. Jsou důkazy, že se to děje. Je to tak silné, že nechceme, aby se to dostalo ven, protože by vše zkolabovalo.

Peter upozorňuje na fakt, že lidé si od nepříjemných témat raději zachovávají chladný odstup:

Když se to neděje nám, nechceme věřit, že se to vůbec děje. Tehdy jsem začal vyjmenovávat lidi ve vládě, kteří jsou pedofily. Důkazy existují.

Začátkem minulého roku byl ve Velké Británii otráven dvojitý agent Sergej Skripal, který pracoval jak pro Brity, tak pro Rusy. Putin řekl, že to nebyla jeho práce, protože kdyby byla, nepřežil by. A to je asi pravda. Pouhých 14 dní před tím, než byli on a jeho dcera otráveni, se v naší zemi objevil sexuální skandál obřích rozměrů. Dva tisíce dospělých, kteří pracovali v dětských domovech, vyšlo



na veřejnost s tím, že zneužívali děti. Na vládu byl tehdy vynaložen velký tlak něco s tím udělat. Někteří z těch lidí už byli na rejstříku pedofilů. A také byli spřátelení s lidmi v nynější vládě a pracovali pro stát. Najednou tu ale byl místo toho otrávený špión a o zneužívání už nepadla ani zmínka.

Podle Petera je přitom sexuální zneužívání v kombinaci se zanedbáváním nebo týráním v dětství jednou ze základních příčin vzniku a rozvoje psychózy. (viz naše minulé [interview](#)) Přitom lékaři, přestože existují dostatečné důkazy, vliv traumatu pomíjejí a podceňují. Je to podle Petera proto, že

procházejí tvrdým až cynickým výcvikem na lékařských fakultách: *Psychiatrie nerozumí těmto věcem. V Británii musí být člověk napřed doktorem, aby mohl pracovat jako psychiatr. Součástí výcviku je amputace končetiny na mrtvém člověku – musíte uříznout nohu nebo ruku třeba pětiletému chlapci, jehož tělo bylo ponecháno vědě. Musíte ztratit něco ze své lidskosti. A psychiatři, když se jim snažím vysvětlit svůj příběh, tak neposlouchají, protože pro ně mám nějaký příznak, který musí být odstraněn.*

Tomáš Vaněk, Michal Kašpar (překlad Pavel Oulík)

HLASY UŽ NESLYŠÍM SAMA

Příběh ženy, která byla týraným dítětem, slyšela hlasy a našla způsob, jak o tom mluvit.

Společně s Peterem Bullimorem vedla Kate Crawford začátkem letošního dubna v Praze workshop na téma traumatu v dětství a sexuálního zneužívání. Příběhy obou potvrzují, že vznik slyšení hlasů, ale i psychotických prožitků může mít původ v týrání, zanedbávání nebo sexuálním zneužívání v dětství.

Příběh Kate přináší všechny tyto vlivy v nepoživatelném koktejlu. Matka měla Kate následkem násilně. Snad proto ji nenáviděla. Zavírala Kate odmala do temného sklepa na uhlí, bránila jí v jídle, svlékala ji donaha, aby nemohla jídlo schovat. Děvčátko slyšelo hlasy, nabádaly ji, aby kradla sýr z pastí na myši.

Po smrti matky se v zařízení pro mladistvé setkala s „vetřelcem – mimozemšťanem“, výchovným pracovníkem, který ji pohlavně zneužíval. V dospělém životě ji potkalo i znásilnění, a z něj porodila jedno ze svých čtyř dětí. Když už jsme my – posluchači workshopu – očekávali happy end, přicházely další nečekané rány osudu.

Obrat k lepšímu potkal Kate až v jejích čtyřiceti letech, kdy zavadila o skupinu Slyšení hlasů. Tady se Kate setkala s podobně „postiženými“ lidmi. Přeživší Kate

se dnes může bez obav podívat na vařečku – symbol násilného trestání vlastní matkou.

Rozhovor s Kate navazuje na tento příběh s otázkami, které nás napadaly během jejího vyprávění.

Tomáš Vaněk: Jaká byla pro tebe první zkušenost se skupinou Slyšení hlasů?

Kate Crawford: Pro mě byla skupina úžasná, protože jsem myslela, že jen já slyším hlasy. A k mému překvapení je neslyšeli jen Skotové, ale také Angličané. A v té skupině měli podobné životní příběhy a problémy. A říkali o tom, co jim pomohlo, a nabízeli to mně. Rozuměli i tomu, že mi některé jejich rady nemusí pomoci, ale i tak jsem si řekla, že to vyzkouším. A tak jsem tam chodila a po několika měsících jsem našla odvahu sundat masku. Protože do té doby jsem měla neviditelnou masku a nikomu neříkala, že mám diagnózu paranoidní schizofrenie. A tak jsem se tam doopravdy začala zotavovat. Nabídli mi, abych pomáhala skupinu facilitovat, protože jeden facilitátor odcházel. A pro mě to byla velká vzpruha a zvýšení sebevědomí.

Pomáhá ti také říkat svůj příběh cizím lidem v cizí zemi?

Když mě lidé v cizích zemích slyší říkat nahlas svůj

příběh, dochází jim, že se to dá přežít. A že je tu naděje i pro jejich klienty. To mi dává odvahu to dělat.

Nikdy jsem nebyla v Praze a je to tu skvělé a lidé jsou skvělí a příjemní a celá země je krásná. A můžeme komunikovat, i když je tu jazyková bariéra. Je to úžasné. Když můžu, moc ráda pomůžu lidem svým příběhem. Hodně cestuji a vedu s lidmi Maastrichtské interview.

V Dánsku byla jedna žena, kterou jsem už několik let znala. Potkávaly jsme se na workshopech. A ta se mě během „Maastrichtu“ zeptala na otázku, zda pokud ti mimozemšťani vypadali jako stromy a měli větve místo prstů, jestli jsem se pohybovala okolo stromů.

Když jsem se zamyslela, tak v dětství jsme měli na zahradě strom, a já ho viděla z okna. A hodně jsem se ho

bála, byl to strašidelný strom, jaký vidíte třeba ve filmech. Napadlo mě, že ten strach ze stromu a můj život jsou nějak propojeny. Těžko se to vysvětluje.

A pak byla další – slečna v Americe – mluvila jsem o stromech a o své matce. I o tom, jak jsem kradla z pastí na myši, a že jsem se cítila hodně provinile, protože jsem kradla jídlo myším, takže kvůli mně hladověly. A ona mi řekla, Kate, tys je zachránila. Kdybys nevezala ten sýr z těch pastí, tak by zemřely. A já to předtím takhle nikdy neviděla. Takže se z Maastrichtského interview, které se pracovníci učí na mém příběhu, zároveň dozvídám hodně i sama o sobě.

Michal Kašpar, Tomáš Vaněk (překlad Pavel Oulík)



OTEVŘENÝ DIALOG

Otevřený dialog je inovativní, ohleduplný přístup a zároveň systém umožňující podporu jak člověka s duševním onemocněním, tak i jeho bližšího a širšího okolí. Slovy jednoho z hlavních zakladatelů Open Dialogue, Jaakka Seikkuly: „Dialog nahlížíme jako fórum, v němž jsou rodiny a pacienti schopni získat více vlády nad svým životem skrze diskutování problémů.“ Statistiky prokazují,

že se více než dvě třetiny lidí se závažným duševním onemocněním díky tomuto přístupu vrací do běžného života. Tento přístup se nyní začíná šířit i do ČR.

Hosté Mark Hopfenbeck a Pavel Nepustil odpovídali na zvědavé otázky redaktorky Lucie Vopálenské na besedě, kterou pořádal Klub Mosty v Domě světla. Podívejte se na záznam besedy na YouTube [Studia 27](#).



KDYŽ PRÁCI – TAK PRÁCI SNŮ!

Pomáhají najít práci – takovou, o jaké člověk sní, nejen takovou, kterou by „mohl“ dělat.... Lidem s duševním onemocněním vracejí sebevědomí, u zaměstnavatelů jsou v první linii v boji s předsudky – taková je práce pracovních konzultantů ve Fokusu Praha.

Tady a teď – neztratit motivaci

Nela Beranová popisuje, jak konkrétně probíhá jejich podpora při hledání zaměstnání: „Když klient přijde, že chce pracovat, je důležité nepromarnit prvotní motivaci. Většinou do týdne se uskuteční schůzka s pracovním konzultantem, kde vymyslíme strategii, zjistíme, jakou práci by člověk chtěl a mohl dělat, co vystudoval, jakou má praxi. A pak už kontaktujeme případné zaměstnavatele, jdeme na schůzky. Pokud klient chce, jdeme na první schůzky společně. Naším cílem je, aby nejpozději do 30 dnů od první schůzky proběhl úspěšný kontakt klienta se zaměstnavatelem. A tím naše podpora nekončí. Pomáháme domluvit pro klienta dobré podmínky, aby práci zvládl, např. kratší úvazky. Někdy stačí mít odvalu a zdravou drzost se na věci zeptat. Schůzky se zaměstnavatelem se jako pracovní konzultanti účastnit můžeme, ale nemusíme, záleží na přání klienta. Samozřejmě, že když spolu mluví o obsahu práce – např. IT – tak se do toho nepletu. Moje práce začíná, když je potřeba vysvětlit věci okolo podmínek práce a specifik duševního onemocnění. Když klient začne pracovat, hned první den obvykle voláme, jak to jde a opět jsme připraveni k případné schůzce. Když je vše v pořádku, volám v průběhu prvního týdne a pak podle individuální potřeby. V průběhu zkušební doby probíhají ale spousta 1x měsíčně schůzky s klientem a mluvíme o situacích v práci. Potom obvykle naše podpora končí, ale záleží na každém klientovi, s někým jsme v kontaktu třeba rok a půl, když je to potřeba a naše intervence má smysl.“

Je to jako puzzle – klient a zaměstnavatel – je to radost, když to zapadá

Zaměstnavatelé jsou našimi důležitými partnery. Snažíme se je aktivně vyhledávat, oslovovat je a vysvět-

lovat jim, co to znamená zaměstnat lidi s problémy s duševním zdravím. Je to destigmatizace v první linii. V současnosti máme 52 spolupracujících zaměstnavatelů. Dlužno říci, že se snažíme klienty umístit na volném trhu práce. Zároveň nechceme vytvářet žádná „ghetta“, takže ideálně u jednoho zaměstnavatele máme maximálně dva klienty, říká Petr Špaček, vedoucí Týmu. A zároveň našim klientům dodáváme sebevědomí, které kvůli duševnímu onemocnění často utrpělo. Každý může najít práci odpovídající jeho kvalifikaci a ambicím.

IPS – individuální umísťování a podpora

Tým podpory zaměstnání čerpá svoje postupy v metodě IPS (individual placement and support) Metoda pochází z USA a popisuje, jak ideálně podpořit lidi s duševním onemocněním na volném trhu práce. Tým podpory zaměstnávání se v používání této metody vyškolil, studoval, jak se ve světě používá a letos na jaře přijela Sarah Swanson a hodnotila, jak věrně se tu tato metoda používá.

Jak a co konkrétně Sarah Swanson hodnotila, komentuje vedoucí týmu podpory zaměstnávání Petr Špaček

Hodnocení se týkalo, konkrétně CDZ Podskalí, kde je součástí týmu pracovní konzultantka. Sarah tu byla dva dny a prováděla rozhovory s klienty, s casemanagery, s psychiatrem, se zaměstnavateli, s nadřízenými. Hodnocení probíhalo ve třech sekcích – personální, organizační a ve službách. A výsledné skóre jsme dostali 99 (100), což je skvělý výsledek. **Jedná se o první audit IPS v ČR. Rád bych poděkoval a zároveň poblahopřál pracovní konzultantce Anežce k tomuto výsledku,**“ říká Petr Špaček

Co přineslo hodnocení Sarah pro váš tým?

Víme teď, kde jsou naše silné stránky i na čem musíme zapracovat. Chceme být více v komunitě, víc pracovat i s rodinami, být víc v terénu na jednu stranu, na druhou stranu více informovat kolegy ve Fokusu i nadřízené, aby všichni věděli, co a jak děláme. Aby kamkoliv do Fokusu, když přijde klient s přáním najít si zaměstnání, dostal odpověď – to je skvělé, kontaktuj pracovního konzultanta ještě dnes.

Jak to tedy ve Fokusu dnes je?

Od ledna letošního roku ve Fokusu Praha pracuje 11 pracovních konzultantů, někteří jsou zároveň součástí multidisciplinárních komunitních týmů a center

duševního zdraví ve Fokusu Praha. Každý konzultant má na starost kolem **dvacítky** klientů. Kdyby kapacita pracovních konzultantů nedostačovala, přibíreme do týmu další. V roce 2018 jsme podpořili celkem **267** klientů.

Podpoříme všechny zájemce, kteří přijdou a mají chuť pracovat! Kontaktovat nás mohou lidé se zkušeností s duševním onemocněním z celé Prahy – přímo v Týmu podpory zaměstnávání v Čechově ulici nebo u pracovních konzultantů přímo v komunitních týmech a Centrech duševního zdraví ve Fokusu Praha.

Chcete pracovat? Kontaktujte pracovního konzultanta ještě DNES! tel. číslo 777 080 136

STŘÍPKY Z IRSKA

Tento článek vznikl na základě vzpomínek ze stáže v Irsku pořádanou Fokusem Praha pod záštitou Radky Votavové a Pavla Nováka a financovanou z programu Erasmus. Oběma kolegům patří mé poděkování, neboť celá stáž byla naprosto skvělá.

Tyto řádky nebudou jednolitým vyprávěním ale spíše takovými střípky, které mi utkvěly v paměti během pěti nabídnutých dnů.

STŘÍPEK 1

Vzpomínám si, jak jsme byli v komunitním centru bydlení a tam nám průvodce říkal o tom, že někdy v roce 2010 zrušili velkou nemocnici v těsném sousedství o kapacitě 1600 lůžek. A pak ještě dodal, že v Dublinu je nyní asi 550 chráněných lůžek. Což vlastně znamená, že díky reformě psychiatrie v Irsku se podařilo v Dublinu navrátit cca 1050 pacientů do jejich původního prostředí – do jejich rodin.



Kde ale zase spí na lůžku, takže nevidím, v čem je pointa?



STRÍPEK 2

V Belfastu se zrodil velkolepý projekt. Během několika let příprav se nyní blíží do finále projekt komunitního bydlení podle nejnovějších standardů pro bydlení. V nové budově, která bude kolaudována během 6 týdnů, se budou snoubit nejen nejlepší terapeutické přístupy v léčbě ale i moderní technologie. Při designování pokojů pro klienty se provedlo asi 250 dílčích vylepšení. Nejvíce vylepšení se provádělo na dveřích od toalety/koupelny, které jsou u každého pokoje. To proto, že toaleta je bohužel tím nejrizikovějším místem z hlediska spáchání sebevraždy. Každý pokoj má také výhled do krásně udržované zahrady.



STRÍPEK 3

Na jednom již zrealizovaném projektu kontaktního centra jsme měli možnost vidět, jak se mohou aplikovat nejnovější vědecké poznatky i do designu zahrady, jednotlivých konzultačních místností, barevného

sladění nábytku a také prosvětlení všech místností denním světlem. Zde jsme se mimo jiné dozvěděli, že cca 0,1 % populace ve spádové oblasti tohoto centra užívá lék Leponex, jako lék „poslední záchrany“.

STŘÍPEK 4

Byli jsme na návštěvě soukromého církevního zařízení, které je tedy z podstaty financováno státem a ne jako u ostatních veřejných organizací v Trustu z rozpočtu ministerstva zdravotnictví (jen na okraj: nestátní centra duševního zdraví jsou financována z cca 97 % ministerstvem zdravotnictví). Při rozhovoru s jejich zaměstnanci jsme se dozvěděli jednu velmi zajímavou věc: „Co je největší komplikací v každé společnosti – bez rozdílu?“, odpověď byla „Komunikace!!!“.

V zimě se ani tato komunikace neudrží snadno, v létě je potřeba grilovat, třeba poslance.



Tak a to byl poslední střípek. Tedy vyjma krásného keramického střípeku v podobě hrnečku s motivem Guinnessu, který jsem si přivezl domů z této inspirativní stáže.

Jaroslav Flek

STŘÍPEK 5

Ve všech komunitních nebo chráněných bydleních jsme však shledali i něco smutného. Klienti těchto služeb mají bydlení zajištěno až do smrti. Což je na jednu stranu dobré, protože mají jistotu, která jim dává klid a ten může přispět k procesu jejich zotavení (Recovery). Na druhou stranu nikdo v těchto centrech nemá žádnou práci. A tak si říkám, že by možná nebylo špatné, kdyby tito klienti měli ještě trochu více podpory a motivace pro hledání zaměstnání. Neboť práce, která nás baví a naplňuje, nás současně šlechtí a také nám dává ten pravý smysl a náboj našeho života.

7 STATEČNÝCH MANAŽERŮ

Na začátku letošního roku se Fokus zapojil do vzdělávacího programu zaměřeného na zlepšení manažerských dovedností a procesů v organizaci. Program se příhodně jmenuje 7 statečných a pořádá jej organizace Tudytam. V průběhu května jsme prošli online dotazníkovým hodnocením kvality manažerských procesů. Dotazník, který obsahoval otázky zaměřené např. na plánování, vedení a komunikaci nebo kontrolu a hodnocení, celkově vyplnilo 128 zaměstnanců – což je skvělé!

Z dotazníku nám jasně „vypadly“ problematické oblasti – jedná se například o kompetence a náplň práce managementu a vedoucích služeb nebo hodnocení kvality a dopadu služeb. (Naopak velice pozitivně bylo hodnoceno například to, že zaměstnanci práce baví nebo že přesně vědí, na koho se mohou obracet v různých pracovních situacích.) Ony problematické oblasti budeme v průběhu léta více prozkoumávat – abychom ještě lépe porozuměli tomu, „kde je zakopán pes“. Proběhne série rozhovorů a fokusních skupin. Výstupem celého tohoto procesu bude plán, jaké konkrétní kroky udělat směrem ke zlepšení „problematických“ oblastí řízení organizace. A v této fázi nám opět bude pomáhat Tudytam – workshopy, konzultacemi a nebo třeba supervizemi na míru. Těšíme se, že z celého procesu vyjde Fokus, který si bude více jistý v manažerských kramflecích.

KACZER CUP 2019 PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

Tento projekt, pod záštitou neziskové organizace youmove z.s., vznikl na základě tragického životního příběhu Jana Kalouse, přezdívaného „Kaczer“, dětského herce, dabéra a sportovce. Honzu si každý z nás vybaví z filmu Císařovy nové šaty, kde ztvárnil hlavní roli, nebo filmu Sám doma, kde propůjčil hlas představiteli Kevina. Byl to člověk, který miloval výzvy, do každé aktivity šel naplno a měl dar s sebou strhnout lidi kolem sebe. Bohužel, stejně jako mnoha jiným, se ani jemu v dnešní uspěchané době, plné stresu, nevyhnula deprese. Svůj život, i přes veškeré úsilí své milované přítelkyně, ukončil vlastní rukou v srpnu loňského roku. Bylo mu 39 let.

Honza miloval brusle, v r. 2001 se stal dokonce vicemistrem ČR v aggressive inline bruslení. Proto je tento projekt zaměřený na inline bruslení a ukázky tohoto sportu od profesionálních inline bruslařů. Během celého závodu je připraven

pestrý program, vč. workshopu výuky jízdy na inline bruslích (sportovní aktivity jsou vhodné i pro děti od 6-ti let). Návštěvníci si mohou vyzkoušet profesionální překážkovou dráhu a přesvědčit se tak na vlastní kůži, jak náročný, ale zároveň zábavný, tento sport může být.

Společnost youmove z.s. vnímá sport jako cestu ke změně způsobu myšlení, vnitřního rozvoje a vnímání sebe sama. Vzorem nám je, jak rodina, tak i naše okolí vč. sociálních sítí, které mnohdy stavějí na piedestal jen úspěch a fyzickou krásu. Kdo nezapadá, 'jde z kola ven'. Rádi bychom touto akcí veřejnost upozornili na stále se zvyšující výskyt civilizačních chorob a ukázali, že sport je jednou z cest, jak jim předcházet. Výtěžek ze vstupného podpoří Fokus Praha, z.ú.

Kaczer cup proběhne dne 7. 9. 2019 od 10h v areálu Mystic skate park Štvanice, ostrov Štvanice 867, 170 00 Praha 7.



youmove

CESTA VERONIKY K VÝSTAVĚ OBRAZŮ JEJÍ DUŠE

V průběhu celého května byla k vidění výstava akrylů Veroniky Lacinové na úřadě městské části Praha 7. Vernisáž proběhla 24. dubna 2019 za početné účasti. Autorka je členem Skupiny F, komunity výtvarníků se zkušeností s duševním onemocněním.

Starosta Prahy 7 Jan Čížinský se na vernisáž dostavil ve skautské uniformě, aby se připojil ke svátku svatého Jiří, patrona skautů. *“Rád bych poděkoval za vaše obrazy, za vaši odvahu a otevřenost. Za to, že ukazujete směr mnoha lidem, kteří ho potřebují, i těm, kteří ho teprve budou potřebovat,”* řekl Jan Čížinský Veronice Lacinové a v závěru jí také jménem městské části předal kytici.

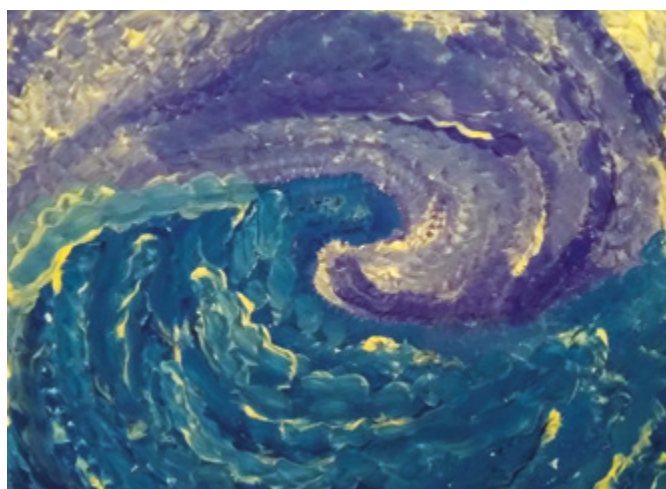
“Za posledních pět let jsem nasbírala asi pět diagnóz. Nakonec mne to však změnilo k lepšímu, jsem empatičtější a hlavně silnější. Naučila jsem se vážit si sama sebe a mít se ráda,” uvedla Veronika Lacinová a přečetla úryvek ze své knížky:

Jednou na silvestra jsem byla v takové depce, že jsem si zalezla do vany s pomerančem a házela slupky do vody a řezala se do nohou. V dálce jsem slyšela ohňostroje, ale já jsem jen házela slupky kolem sebe a jejich šťáva mne páčila. Cítila jsem hrozné prázdno a nevěděla, jak z toho ven. Svě jizvy jsem se nikdy nesnažila skrývat. Lepila jsem náplasti na všechny svoje rány, ale to prázdno nešlo zalepít.



Veronika své zkušenosti s duševním onemocněním popisuje v knize, která nese, stejně jako výstava, název *Z temnoty mojí duše*. Detailně odkrývá nejen své osobní zážitky, ale také nedostatky systému psychiatrické péče, včetně drastického pobytu na pavilonu neklidu v Psychiatrické nemocnici Bohnice.

Hudební část vernisáže vytvořilo hned několik muzikantů. Improvizovanou hrou na klávesy zahájil Bohumil Verner. Následovala sólem na housle osmiletá Marlen Jahnová. Temný akustický punk předvedlo duo Bruder Hans und Bruder Georg. Na realizaci výstavy se podílel Fokus Praha, který dodal informační panely osvětové kampaně Neškatulkujme! Za komunitní tým Fokusu působící v prostorách lékařského domu na Dukelských hrdinů 1 promluvila Eva Kudrnová: *“Tvůrčí proces je jeden z nejnáročnějších. Tvůrce dává do svého díla kus sám sebe. Také musí umět od díla odstoupit. My všichni jsme tvůrci našich životů a světa, který je okolo nás. Přála bych si, aby tato výstava byla pro nás inspirací.”*



Galerie na úřadě se nachází ve druhém poschodí bývalé Dělnické úrazové pojišťovny. Její prostor tvoří chodba střední části budovy kolem původních pater noster výtahů. Dům byl dostavěn v roce 1929 na místě původní osady Bubny. Jelikož se bude úřad městské části stěhovat, jde o poslední výstavu pořádanou odborem kultury v těchto prostorách.

Michal Štingl

SKUPINA F HLEDÁ DALŠÍ UMĚLCE!

Hledáme nové kreativní lidi do tvůrčí Skupiny F, která podporuje uměleckou seberalizaci lidí se zkušeností s duševním onemocněním. Píšete básně? Výtvarně tvoříte? Snažíte se jakkoliv umělecky vyjádřit? Nebo víte o někom takovém? Přidejte se k nám!

O SKUPINĚ F

Skupina je tvůrčí komunitou umělců se zkušeností s duševním onemocněním. Menší část tuto zkušenost nemá, ale s tématem sympatizují. Členové společně pořádají výstavy, sdílejí profesní i životní záležitosti a vzájemně se podporují. Specifické potřeby svobodného uplatnění uměleckých profesí jsou komplikované samy o sobě. Připočteme-li k tomu stigmatizaci a diskriminaci duševně nemocných na trhu práce a v celé společnosti, pak má skupina opravdu závažné téma. Lidé s tvůrčím talentem jsou přitom vystaveni riziku duševního onemocnění výrazně častěji než běžná populace. Takové problémy se snaží skupina řešit představením své tvorby a otevřeným coming outem. V roce 2018 uspořádala dvě výstavy a podílela se na řadě dalších společenských akcí. Proběhla například kolektivní výstava v sídle společnosti Seznam.cz, kde díla i příběhy vystavujících vzbudily zájem zaměstnanců. Během prezentací je možné kontaktovat jednotlivé autory ohledně zakoupení díla a tím podpořit jejich rozvoj. Ten by samozřejmě potřeboval mnohem více, například sociální a terapeutické služby, podporu vzdělávání, možnost rezidenčních pobytů, profesionální zastupování v galeriích a při prodeji, vydávání katalogů, tvorbu webových stránek a řadu dalších chybějících nástrojů pro důstojné uplatnění.

PROFILY ČLENŮ SKUPINY NAJDETE NA WEBU

www.ceskegalerie.cz/skupinaf

KONTAKT

777 800 383

ceskegalerie@fokus-praha.cz

SKUPINA F VÝSTAVY

- **V. kolona** • Areál PNB Praha 8, srpen – září 2019
- **Café Lajka** • U akademie 11, Praha 7, Září – říjen 2019
- **Týnská literární kavárna** • Týnská 6, Praha 1
Listopad 2019

KAMENOVÁNÍ

Eliška Brázdová byla ve svých instinktech podobná spíš lvici než ještěrce, uvědomil si zoufalý mlékem pobryndaný hrdina dnešní doby, byl stržen do samoty a neměl srdce, které by rozložil na stole jak starodávnou mapu, neměl milenkou, které by zavolal, že přišel čas. Jelikož se nejmenoval jinak, než jak se jmenoval, neměl ani příležitost zahrát si na někoho jiného v příběhu, nemohl se probourat do Elišky Brázdové ani do jiné kamarádky, tím méně si mohl vymyslet cizí ženu volných mravů, a i kdyby to svedl, možná by najednou pocítil stud, kdyby si měl, tak jak to dělá každý večer, rozepnout kalhoty a odložit je na taburet. Možná v dávných dobách by byl jedním z oněch báječných Turků, kteří se nechávají za úplatu najmout a riskují životy jen proto, aby si mohli ve volné chvíli znásilnit křesťanku, ale při jeho štěstí by byl zrovna tím, komu se podaří natrefit na odpor rodiny a státu, na odpor beletrie, na smrt v bažinách. Dnes bylo naopak nutné studovat, a přitom se umět usmát, pozvat na skleničku a pohládit po ruce, to mu bylo cizí, i když byl kdysi, i jak je teď, vše bylo ztracené.

Dotknul se svých rtů rukou, pak ji zase odložil, od táhl a napil se kafe, pocítil nebetyčnou slast při myšlence na to, že vyhraje svůj boj se životem a najde si přítelkyni, a už dopředu se dušoval, jak sladkými jmény ji bude zvat, jak ji zahrne vši svou i cizí, vši lidskou i zvířecí, pokojnou vášní. Jak jí při pokojové teplotě roztáhne nohy a jak jí přitom bude líbat a vůbec už nebude myslet na Elišky Brázdovou a Hoffmanovou, jak bude rád, že je to tak, jak to je, a bude sekat dobrotu. Zamiluje si pravdu a všechno, co je, bude obdivovat se ztajeným dechem. Asi se rozbrečím, uvědomil si.

Chodil zpívat do sboru, vlastně to bylo takové napodobování cizích hlasů, operní pěvec by z něj už

nebyl, na to byl příliš stažen úzkostí z kůže kdysi tak flanelové a dnes na prahu čtyřicítky už podobané různými nehezkými znaménky, na to byl příliš úzkoprsý, ale kafe si objednat uměl a měl také čím je zaplatit. A když zpíval v tom sboru německé nebo jiné requiem, snažil se úzkostlivě napodobovat svého děda, člověka uvážlivého a muzikálního až hanba, toužil stejně jako on zapadnout, ale přesto vynikal a byl proto dirigentem kárán. Nenáviděl toho dirigenta, ale přesto pod ním působil jako živá hmota, jako želatina nebo vazelína, rychle se přizpůsobující nátlaku, ale jen co pomine, vracející se do svého přirozeně apatického kruhového tvaru. Protože posty sólistů už byly dávno obsazené a ve sboru je potřeba držet se not, opíjel se každý večer za svou nesamostatnost, za svou porobu. Alergický na každou zmínku o této své zálibě, odmítal se účastnit rodinných večeří, kde se lidé bavili na jeho účet a přitom tiskli jeho sestry a jeho matku pevnými rukama, také neteř už dospívala, její přítel byl obzvláště hrubý, když šlo o vážnou hudbu a kdyby měl náš hrdina něco zazpívat, vyprskl by jistě smíchy a pak by se omluvil nedbalým gestem.

On se však k zbláznění zaobíral představou, že ještě vynikne, chodil se ztrapňovat na konkurzy, kde mu říkali „ten“. Ještě je tu „ten“, zaslechl za dveřmi, než ho vyzvali, aby předvedl své umění. A po čase už ho ani nezvali, přestože měl vše v pořádku, možná kromě hlasu a kromě postavy a očí a všeho, čeho si lidé tak nějak všimnou.

Uvažoval už i o tom, že by to skončil, ale pak vždy znovu začal, byl houževnatý bojovník a vždy si představoval, že ho příští hostující dirigent vyrve z rukou sbormistra, že mu dá roli v madridské opeře, snad zprvu malou, ale že nakonec bude zpívat všechny ty party, co jich zná, bude chytat růže z publika a divoce se klanět. Musel však přiznat, že dirigenti byli k jeho tendenci vynikat ještě příkřejší, než jeho starý a dobrý tupý sbormistr.

Dýchal teď v kavárně své poslední ponížení a představoval si jiné, když se viděl klanět ženevskému publiku. Vlastně si neuměl představit, že by kdy nad životem vyhrál, možná to bylo dětstvím, nebo jiným

traumatem. Nemohl být tím, kým ho bůh zrodil. A tak to znovu zkoušel přes kafe a přes noviny, ale barmanka si ho nevšímalá tak úslužně, jako jiných zákazníků. Na zájezdech sboru se často ukazovalo, jak moc je smíšený, padlo zde na prkno nejedno manželství, nebo aspoň jeho svátost. On však neměl žádnou milenkou ani tady. Chodil po památkách a po hospodách, aby se najedl, chodil někdy i po horách, když byla chvíle, a jednou se tak šeredně nastydl, že ho museli vyměnit. Nikdo si pochopitelně ničeho nevšiml a v programu představení neopravili jeho jméno v kolonce. Nikdo nevěděl, že se na hotelovém pokoji nebo pak v hale nebo pak v sauně, kam si chodil napařovat dutiny, nikdo nevěděl, že se tam vpíjí do ruského děvčete, které ho odmítlo, když přišlo na lámání chleba a pití vína.

Tak už se zabij, řekne si jistě nejeden pozorovatel jeho života, on se však touto myšlenkou nezaobíral ani v duchu. Hudba, když se někdy umravnil, byla pořád krásná. Se stupidními kolegy a matrány od vedle vytvářel iluzi, která dojíhá a která mu přišla jako polykat kamení a zapíjet ho betonem, ale jindy jako rumové perníčky, na které ho zvala babička. Jak by napsal Dostojevskij, nebudeme zastírat, že je to karikatura, ale v dnešní době i takový člověk musí být, a není jich málo, říkal si o sobě a pustil si porno a při vědomí své obstarožnosti hlasitě zalkal, zalhal a ošukal, opotřeboval pneumatiky, dupnul na plyn a věděl, ano to jsem já. V sále se strhl potlesk a po představení, jeho prvním a posledním, na něj čekala kromě sanitky i první fanyňka.

Tomáš Vaněk

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-ukrejckiku.cz



Vydal

Fokus Praha, z.ú.

Grafická úprava

Pavel Lukáš

Redakce

Eva Čížinská

Kontakt

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