



**VÝROČNÍ  
ZPRÁVA**

**2017**

Víme,  
že duševní  
nemoc může potkat  
každého.

Věříme, že každý se může zotavit.

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

**FOKUS PRAHA**

Jak pomáháme lidem s duševním onemocněním? Vedle kvantitativních ukazatelů, počtu klientů, počtu zaměstnanců, druhů služeb a objemu finančních prostředků, které shrnuje tradiční výroční zpráva, jsme se zamýšleli nad tím, jak vám zprostředkovat „jiný přístup“, „dobrý pocit klientů“, „lepší náladu v životě člověka s duševním onemocněním“, prostě jak reálně podporujeme lidi, kteří se vypořádávají s problémy v oblasti duševního zdraví...

V roce 2017 se několik příběhů lidí kolem Fokusu stalo součástí sbírky portrétů Humans of Prague. Nezávislému novináři, Tomáši Princovi, nechali nahlédnout do svých životů. Tyto příběhy jsme přidali do této výroční zprávy jako nezávislé svobodné svědectví, které není primárně o Fokusu, ale o skutečných lidských příbězích. Tak viděli tito lidé svět v roce 2017. Jejich skutečné životy a cesty jsou dnes zase možná dál.

Jan Pfeiffer vypráví o tom, jak on osobně došel k potřebě reformovat psychiatrii a vlastně je to příběh o smyslu Fokusu. Další portréty jsou věnovány lidem, kteří osobně zažívají příběh spjatý s duševním onemocněním. Na jejich cestě k zotavení jim Fokus Praha poskytl podporu, azyl, možnost útočiště, seberealizaci.

Dva příběhy jsou o lidech, kteří jsou v týmu Klubu Mosty. Rok 2017 byl pro Mosty rokem jubilejním, slavili 15 let činnosti svépomocného klubu. Představili svou vizi na posun dále, pod vlajkou recovery, chtějí být daleko aktivnější a překračovat hranice klubovny a otevírat se novým tématům.

Další příběhy jsou věnovány členům Studia 27, tvůrčímu žurnalistickému uskupení, které v roce 2017 získalo 1.cenu SozialMarie.

A jeden příběh vypráví o cestě umělce. O tom, že citlivá duše má k umění blízko, ve Fokusu nepochybujeme. Svědčí o tom i vznik naší nové sociální firmy České galerie, která mimo jiné zaštiťuje uskupení umělců podporujících duševní zdraví Skupinu F.

Lidé jsou pro nás zkrátka na prvním místě. Ať už hledají pomoc v našich službách nebo pomoc a podporu poskytují v rámci svého zaměstnání. Vážíme si vás všech, kteří Fokus podporujete nebo s námi spolupracujete. A děkujeme vám všem, co naší práci vidíte a oceňujete ji.

Bez vás by to prostě nešlo! Děkujeme vám všem za důvěru ve Fokus Praha!

**Pavel Novák**, generální ředitel Fokusu Praha

**Pavel Košák**, předseda správní rady Fokusu Praha

## AKTIVITY FOKUSU PRAHA

Jak podporujeme lidi se zkušeností  
s duševním onemocněním:

### POMÁHÁME

řešit problémy v životě, pomáháme  
naplňovat životní potřeby – bydlení,  
zaměstnání, sociální kontakty,  
vyřizování na úřadech,  
terapie.

### VZDĚLÁVÁME

odbornou i laickou veřejnost  
v oblasti duševního  
zdraví.

### PODNIKÁME

v sociálních firmách v nejrůznějších ob-  
rech a tím vytváříme smysluplná  
pracovní místa, která umíme  
přizpůsobit potřebám lidí  
s duševním one-  
mocněním.

## PODPORUJEME

### reformu psychiatrické péče

Příběh o Fokusu a Reformě psychiatrické péče vlastně začal už v roce 1990, kdy Fokus vznikl.

Fokus už tehdy začal budovat služby v běžném prostředí, služby komunitní. V ČR to bylo něco nového, „alternativního“, ale v civilizované Evropě to bylo běžné, byl to už tzv. „mainstream“. Už tehdy byly psychiatrické léčebny jako specializovaná lůžková zařízení v mnoha zemích spíše alternativou ke službám komunitním a k malým psychiatrickým oddělením všeobecných nemocnic.

Zároveň Fokus ve své práci trval na respektu ke klientům, jejich potřebám i aspiracím, jejich individualitě. Už od roku 1990 zaměstnával lidi se zkušeností s duševní nemocí na běžných pozicích v organizaci (jako účetní, organizačně provozní pracovníci, pracovníci ve službách), ne jenom jako peery. Klienti se stávali členy organizace, na valných hromadách rozhodovali o zásadních záležitostech organizace. Dnes bychom tomu říkali zapojování uživatelů, podpora procesu zotavení, apod. Tehdy to bylo ve Fokusu prostě normální, běžný způsob práce. Ano reformní chování už Fokus praktikoval od svého vzniku.

Ano v roce 2017 jsme se na oficiální Reformě psychiatrické péče podíleli na různých úrovních. Na Ministerstvu zdravotnictví jsme se účastnili Odborné rady i dalších oficiálních i neoficiálních jednání, byli jsme aktivní na konferencích, konzultovali jsme připravované výzvy k pilotním projektům, účastnili jsme se projektu destigmatizace a MERRPS, koordinovaných Národním ústavem duševního zdraví. Byli jsme aktivní v Platformě pro transformaci. Bez naší energie a vloženého času by asi v Praze nevyšla koncepce péče, ani se neustavila krajská skupina na tvorbu pražské sítě služeb.

Ale je možné říci, že celá činnost Fokusu v roce 2017 směřovala k transformaci systému péče. Ať se jedná o obnovení na nakladatelství, destigmatizační aktivity, semináře a vzdělávání, které poskytujeme, tak v první řadě o budování a rozvoj služeb.

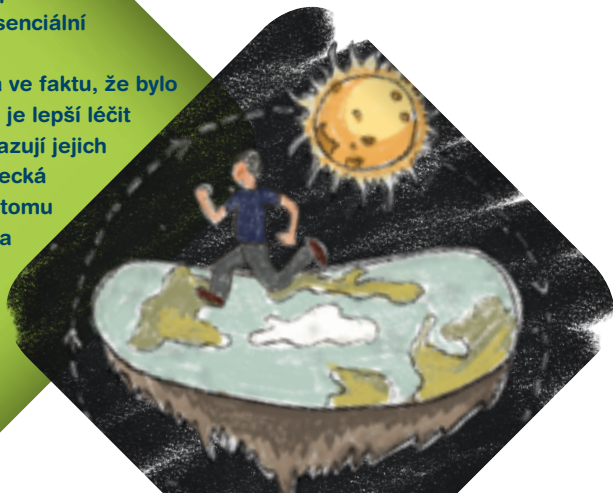
Ve Fokusovinách, vydaných v listopadu 2017, jsme popsali, proč je Reforma potřebná, a také jsme vydali Doporučení pro novou Vládu v Reformě. Toto doporučení je nadále aktuální, proto stojí za to zde ocitovat, na co by se měla Vláda zaměřit:

- Na opravdovou transformaci psychiatrických nemocnic v duchu dokumentu WHO – Komplexní akční plán pro duševní zdraví na roky 2013-2020 o reorganizace péče: „Přesun péče z velkokapacitních psychiatrických nemocnic do nespécializovaných zdravotních služeb (primární péče) tak i specializovaných komunitních služeb, včetně lůžek pro krátkodobou akutní péči integrovanou do všeobecných nemocnic, ambulantní péči ve všeobecných nemocnicích, komplexní centra duševního zdraví, podpora osob s duševním onemocněním žijících se svými rodinami a podporované bydlení“.
- Na podporu komunitních služeb v celém potřebném spektru aktivit.
- Na změnu financování zdravotních služeb, které umožní rozvoj multidisciplinární péče v terénu, umožní účinnou prevenci hospitalizací.
- Na změnu legislativy, která zakotví změny ve financování a provázání zdravotně sociální péče, implementuje Úmluvu o právech lidí se zdravotním postižením do praxe.
- Na destigmatizaci lidí s duševním onemocněním i tématu psychiatrie vůbec.

*Pavel Novák, ředitel Fokusu Praha*

Lorenzo Toresini přirovnává změny přístupu v péči o lidi s duševním onemocněním ke koperníkovské revoluci. Zeptali jsme se ho, jak přesně by tuto esenciální myšlenku formuloval:

Tato „koperníkovská revoluce“ spočívá ve faktu, že bylo v praxi ověřeno, že psychiatrické pacienty je lepší léčit mimo psychiatrické nemocnice. „Venku“ vykazují jejich onemocnění menší závažnost. Toto je vědecká revoluce s politickým dopadem. Stejně tomu bylo i u Koperníkovy revoluce. To byla obdobně vědecká revoluce s politickými dopady a shodně i jeho objev se zpočátku setkal s neochotou a odporem konzervativců.



## PŘÍBĚH JANA PFEIFFERA

„Instituce mají většinou při svém založení různé vysoké, humanistické cíle. Ale někdy se stane, že odejdou ti lidé, kteří původně ty ideály a cíle měli, přijdou jiní lidé, cíle časem zmizí a zůstane jen prostor, jen ta budova a její pravidla. Jak píše sociolog Goffman, v tu chvíli vzniká totální instituce. To je nebezpečí, které hrozí každému systému. A u nás to každopádně potkalo systém psychiatrické péče. Navíc k tomu přispěla normalizace, která představovala naprosté ztuhnutí, stagnaci a myšlenkovou impotenci. Zůstala kontrola a moc.“

„Po vystudování medicíny jsem v roce 1982 nastoupil do dětské psychiatrické léčebny v Opařanech. Psychiatrie mě tehdy už nějakou dobu zajímala intelektuálně, ale až tam jsem přišel do kontaktu s realitou toho, jak se ten systém stará o lidi, kteří jsou nějakým způsobem myšlenkově jinak nastavení, kteří mají jinou percepci světa. Znal jsem místního primáře, byl to náš rodinný přítel. Znal jsem ho jako člověka, který dříve nelegálně vedl skauty, jako takového velkého humanistu. Ale tam jsem najednou viděl, jak se jako součást toho systému chová vlastně velice krutě. Bylo tam oddělení pro starší chlapce. Je pravda, že tam byli i kluci s poruchami chování, takže to nebylo snadné prostředí. Ale ten způsob, kterým je oni takzvané ‚léčili‘ byl opravdu příšerný. Stále se tam ozývala taková ta stará představa, že duševní choroba představuje určitou posedlost zlým duchem, kterou je třeba z člověka vytáhnout. To, co jsem tam tehdy viděl, bych dnes nazval mučením a nelidských zacházení. Když se třeba do sebe ti kluci pustili, tak je vzali, odtáhli do koupelny, napustili vanu studenou vodou a dva velcí ošetřovatelé jim v ní drželi hlavu, až se skoro utopili. Tomu se říkalo ‚plavák‘. To mi hlava nebrala. Ten systém říkal, že

pomáhá lidem, kteří jsou na tom velmi složitě, ale dělal takovéhle věci. V momentu, kdy by oni potřebovali více podpory, struktury a lásky, dostávali ti kluci úplný opak. Ale těm, kdo v tom systému pracovali, na tom nepřišlo nic zvláštního. Já jsem byl naštěstí takový anarchista. Bylo pro mě hodně důležité, co si o věcech sám myslím. Postupně jsem si začal říkat, že bych ten systém chtěl svými malými silami změnit.“

„Hned jak byla po revoluci možnost, tak jsem začal jezdit různě po světě, abych viděl, jak se k psychiatrické péči přistupuje jinde. Třeba v Terstu, kde už v 70. letech jednomu muži došla vadnost celého toho systému psychiatrie a se skupinou mladých lidí vytvořil paralelní psychiatrickou společnost, která se jmenuje *Psichiatria Democratica*. Vzniklo celé myšlenkové hnutí a jím vytvořený systém tam funguje už čtyřicet let. Je postaven na tom, že v každé oblasti s cirkou 65 000 lidmi je asi třicet pracovníků, tedy poměrně hodně, kteří aktivně pracují s tou komunitou. Tak aby předsudky a jiné bariéry nevyštípávali lidi z míst, kde žijí. Nejenže v Terstu teď nemají psychiatrickou léčebnu, ale nepotřebují ani psychiatrická lůžka. Protože jsou schopni těm lidem asistovat v tom, aby z toho svého prostředí nevypadli ani ve chvíli, kdy ve své hlavě zažívají nějaký více dramatický stav. Po těch letech je patrné, že tenhle způsob funguje. Ale pro některé lidi je to těžko přijatelné. Hodně Čechů z oboru do Terstu dnes jezdí, ale nedávno jsem v jedné léčebně slyšel o představě, že ‚oni tam v těch horách mají ještě jednu léčebnu, o které se nemluví a kam oni ty lidi tajně odváží‘. To se musím smát. Protože to není poprvé, kdy jsem nějaké podobné věci slyšel – v 90. letech se na jednom místě v Holandsku stávalo to samé, jen ta domnělá léčebna tehdy měla být na tajném ostrově. Ředitelé našich léčeben se vždy na prvním místě ptají: ‚A jak to děláte s těmi agresivními?‘ Agrese je vždy argument, proč někde musí být dveře a mříže. Ale v tom Terstu jim odpovídají: ‚My tady tolik té agrese nemáme.‘ Agrese je vždy reakce na něco. Když jsou lidé v bezpečí a prováděni tím, co prožívají, pečlivě a včas, tak se s agresí setkávají poměrně málo. To je ale pro některé lidi uvnitř toho systému nepřijatelné. Protože to znamená přijmout, že tu agresi z velké části produkuje sám ten systém a že lidé, kteří v něm pracují, jsou toho součástí. A blbě se přijímá myšlenka: A to jsem třicet let dělal něco úplně blbě? No, třeba nedělal. Nebo možná i dělal. Ale dělal jste to, co po vás ten systém chtěl. Což nutně neznamená, že vy jste blbý, ale že ten systém je blbý.“

„Pro dnešní stav oboru u nás hraje roli, že jsme součástí Evropské unie, západního světa. Což ale zároveň činí obtížnějším říci, jak na tom dnes v této věci jsme. Protože některé silné vlivy přichází zvnějšku, například skrze strukturální fondy. U nich je určené, na co se dají a nedají použít. A v posledním finančním období jsou nastavené tak, že nemohou jít na úpravu stávajících institucí, protože ty peníze mají jít na strukturální změnu, to znamená na přesun lidí z ústavní péče do péče, která je

uskutečňována tam, kde ti lidé žijí. A jelikož jde o peníze, tak se jedná o silný vliv. Ale je to vliv zvnějšku, který v naší společnosti není zcela internalizovaný. Zatímco v Západním světě, například v Anglii či v Itálii, se po 2. světové válce – na základě toho otřesu a hrůzy z toho, co se mezi lidmi může dít – nastartovalo lidskoprávní myšlení, naše společnost zůstala v tomto pozadu. I na Západě to trvalo skoro půl století, ale myšlenka, že všichni lidé mají stejná práva, se nakonec dostala do Úmluvy o právech lidí se zdravotním postižením. Energie, která tyto změny na Západě poháněla, se u nás krátce objevila po revoluci. Ale jednak nebyla tak silná a jednak se vyčerpala spíše na likvidaci STB a jiných hrubějších sil. Nedošla až k tomu, aby rozleptala i instituce v oblasti psychiatrické péče. Ale byla to bezesporu tato energie, která hned v roce 1990 pomohla vytvořit Fokus. Všem, kdo jsme ho zakládali, nám tehdy bylo okolo třiceti let a chtěli jsme začít vytvářet paralelní, alternativní svět k tomu, který jsme znali z léčeben. Aby už lidé nemuseli do blázinců.“

„Často jsme tehdy jezdili na jednu chalupu do Krkonoš a brali tam i lidi, kteří byli dlouhodobě hospitalizováni. Utkvěl mi například jeden muž, který byl už natolik do sebe ponořený, že vůbec nemluvil a potřeboval mít od lidí metrový distanc. Jednou v zimě jsme se vydali ve větší skupině do hor, jeli lanovkou a ta se najednou zasekla. On seděl na dvousedačce s jednou psycholožkou, já seděl na té další, asi deset metrů za nimi. Byli jsme tam dlouhé minuty, viseli ve výšce. Foukal silný vítr, různě se to s námi houpalo, takže jsme měli nahnáno. Slyšel jsem, jak ta psycholožka, aby se sama uklidnila, začala zpívat ‚Hou, hou, krásy jdou ...‘. A v ten moment se něco stalo. U toho muže se najednou prolomil ten jeho psychotický svět. Začal zpívat s ní a začal se k ní choulit. Zanedlouho se lanovka rozjela a my zažili moc pěkný výlet. On pak asi za dva dny přišel a řekl, že ztratil hlasy – že už v hlavě neslyší hlasy, se kterými do té doby v duchu mluvil. Ne že by to potom všechno bylo jednoduché, ale vím, že se po čase dostal i ven z léčebny. Nešlo samozřejmě o ten jeden jediný moment, ale tam na té lanovce bylo vidět, jak síla okamžiku a lidského společenství může hrát obrovskou roli. Protože všichni lidé potřebují vazby, potřebují vztahy, potřebují přátelství. Fokus vznikl právě s takovou myšlenkou – jakožto určitý krb, u kterého se lidé mohou ohřát.“



# POSLÁNÍ FOKUSU PRAHA

Posláním Fokusu Praha je podpora lidí se zkušeností s duševní nemocí spokojeně zvládat život a nalézat možnosti osobní realizace ve společnosti:

- žít ve společnosti, tzn. mít sociální vztahy, rodinu, bydlení a práci
- určovat si svůj životní směr, uplatnit svůj talent, přednosti a silné stránky
  - mít životní perspektivu a existenciální jistoty
  - mít uspokojené základní materiální potřeby
    - starat se o své zdraví a léčit se
- využívat kulturních a volnočasových institucí, vzdělávat se

## ZA TÍM- TO ÚČELEM FOKUS PRAHA

- poskytuje programy a služby (zdravotní, psychoterapeutické, pracovní a sociální rehabilitace) na odborné úrovni v dostupné formě pro lidi se zkušeností s duševní nemocí
- pracuje v komunitě a s komunitou obhájí práva a zájmy lidí se zkušeností s duševní nemocí, informuje o problematice duševního zdraví a duševní nemoci a propaguje otevřený přístup a toleranci k lidem se zkušeností duševní nemoci
- sdružuje a spravuje prostředky určené pro pomoc lidem se zkušeností s duševní nemocí a k rozvoji péče o duševní zdraví a účelně s nimi nakládá v souladu se svým posláním a zaměřením
- zajišťuje vzdělávací programy pro zaměstnance Fokusu odbornou i laickou veřejnost
- pracuje na zvyšování kvality služeb a celkovém rozvoji oblasti péče o lidi se zkušeností duševní nemoci
- iniciuje a aktivně se podílí na tvorbě regionálního systému péče o lidi se zkušeností duševní nemoci

Klienti Fokusu Praha jsou lidé s dlouhodobými psychickými problémy. Často přicházejí po několikáté hospitalizaci v psychiatrické léčebně a v důsledku duševního onemocnění mají mnohdy přiznaný invalidní důchod.

Našimi klienty mohou být také lidé, kteří se nečekaně dostali do krizové situace nebo prožili traumatický zážitek.

Spolupracujeme i s jejich rodinami, přáteli a nejbližším okolím.

Naši klienti využívají sociální a zdravotní služby poskytované v našich centrech. Někteří klienti užívají vícero služeb současně.

**CELKOVÉ POČTY KLIENTŮ  
V JEDNOTLIVÝCH  
SLUŽBÁCH  
V ROCE 2017**



# KLIENTI FOKUSU PRAHA

**Celkem v roce 2017 pracovníci v přímé péči pomáhali 1771 klientům (včetně lidí, kteří kontaktovali naše služby s přáním zůstat v anonymitě)**

# ZAMĚSTNANCI

K prosinci 2017 pracovalo ve Fokusu **211** lidí v pracovním poměru a **9** lidí na DPČ.

Z toho: V přímé péči s našimi klienty ve službách pracovalo **88** lidí.

**56** lidí bylo zaměstnáno v sociálních firmách, z toho **47** lidí se znevýhodněním na trhu práce.

**DĚKUJEME VŠEM!**

## SLUŽBY FOKUSU - POMÁHÁME

**CENTRUM MĚLNÍK  
A DOLNÍ POVLTAVÍ**

**CENTRUM  
BOHNICE**

**CENTRUM  
BŘEVNOV**

**CENTRUM  
KARLÍN**

**CENTRUM  
PODSKALÍ**

Naše služby poskytujeme v čtyřech centrech v Praze a v jednom na Mělnicku a v Dolním Povltaví.

Snažíme se, aby to klienti měli k nám blízko.

Služby komunitních týmů jsou z velké části terénní, to znamená, že i naši pracovníci musí dojet za svými klienty v rozumném čase.

## CENTRUM KARLÍN

**Nekvasilova 625/2, Praha 8 Karlín**

- Komunitní tým Karlín
- Chráněné bydlení Praha
- Dílna Cedra

## CENTRUM BOHNICE

**Dolákova 536/24 Praha 8 Bohnice**

- Centrum duševního zdraví pro Prahu 8
- Klub Mosty
- Centrum duševního zdraví pro Prahu 9 (vznik 2018)  
– Lovosická 440/40, Praha 9

## CENTRUM BŘEVNOV

**Meziškolská 2, Praha 6 Břevnov**

- Komunitní tým Břevnov
- Denní sanatorium
- Krizovou služba

## CENTRUM PODSKALÍ

**Vnislavova 48/4, Praha 2**

- Komunitní tým Podskalí
- Tým podpory zaměstnávání
- Centrum denních aktivit Domu u Libuše – Libušina 48/5, Praha 2
- Krizový tým – Libušina 48/5, Praha 2
- Dílna Hvězdáři – Svatoplukova 47, Praha 2

## CENTRUM MĚLNÍK A DOLNÍ POVLTAVÍ

- Komunitní tým Mělník (Kamenická 3451, Mělník)
- Komunitní tým Dolní Povltaví (ze Služské 705/6 se přestěhovala do Bořanovické 302/10, Praha 8)

# KOMUNITNÍ TÝMY A CENTRA DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ

Komunitní týmy jsou základním pilířem každého centra, ve kterém poskytujeme služby. Tým sociálních pracovníků ve spolupráci s peer konzultantem a mnohde i se zdravotními pracovníky (psychiatry, psychology, terapeuty a terénními sestrami) může řešit širokou paletu problémů, se kterou klienti přicházejí a pomáhat jim tak čelit komplikacím, které život s duševní nemocí může přinášet.

Významná část práce komunitních týmů se odehrává přímo u klientů – u nich doma, v práci nebo na veřejných místech – zkrátka tam, kde to klient potřebuje. Někdy se klienti domlouvají na návštěvě ve Fokusu.

Pracovníci komunitních týmů podporují každého individuálně s ohledem na cíle a potřeby každého jednotlivce. Různá je i intenzita a frekvence pomoci, která se také přizpůsobuje okamžitým nárokům i zdravotnímu stavu. Podle potřeby a domluvy zprostředkovávají další služby Fokusu Praha.

## OBLASTI, KDE KOMUNITNÍ TÝMY NEJČASTĚJI POMÁHAJÍ:

- zvládnání krizových situací spojených se zhoršením zdravotního stavu
- pomoc s aktivním předcházením krizových situací
- podpora při řešení obtížných životních situací
- podpora a pomoc se zapojením do běžného života
  - rada a pomoc s hospodařením s penězi
  - pomoc se zajištěním dávek státní podpory
    - doprovod k lékařům a na úřady
  - zastání a podpora při hájení práv a zájmů
- pomoc s vyhledáním a udržením zaměstnání
- podpora samostatného bydlení

# CENTRUM DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ

Provozujeme Centrum duševního zdraví pro Prahu 8 ve spolupráci s psychiatrickou nemocnicí Bohnice. Multidisciplinární tým tvoří psychiatr, psychologka, psychiatrické sestry, sociální pracovníci, peer konzultantka a adiktolog. V roce 2017 jsme začali připravovat ve stejném konceptu Centrum duševního zdraví pro Prahu 9.

## POMOC V KRIZI

Duševní nemoc s sebou přináší riziko propadu duševní pohody, a taky nemoci, přecitlivělost při vzniku problémů. Pomoc odborníků v krizi je dobrým prvním krokem na cestě ke zlepšení situace. Ideální je řešit problémy s lidmi, ke kterým má klient důvěru, které zná. Proto jsme začali poskytovat krizové služby pro cílové skupiny Center. V CDZ je provoz krizové linky pro klienty 24 hodin 7 dní v týdnu. Při komunitních týmech jsou zřizovány krizové služby, které telefonicky podporují své klienty mimo pracovní domy komunitních týmů.

V roce 2017 jsme také ještě provozovali Krizovou službu s celopražskou působností.

## BYDLENÍ – TAM, KDE JSTE „DOMA“

Situace, která každého člověka nejvíce ohrožuje na jeho zdraví, je, když ztratí domov nebo pocit, že by někde doma mohl být. Snažíme se tedy svým přístupem navracet lidem přesvědčení, že mohou znovu získat zpět svoje zakotvení, své bezpečí, zkrátka svůj pocit „doma“. Provozujeme chráněné komunitní bydlení, chráněné byty. Naši sociální pracovníci podporují samostatné bydlení klientů.

Tyto služby poskytujeme v rámci Prahy, na Mělnicku i ve Středočeském kraji.



## ZAMĚŠTNÁVÁNÍ

Mít práci, být prospěšný, nebýt jen pacient, klient nebo invalidní důchodce. Víme, že práce není jen o vydělávání peněz, práce je odpovědí na otázky: Kdo jsem? Co dělám? Tým podpory zaměstnávání sdružuje sociální pracovníky, experty na pomoc s vyhledáváním ideálního zaměstnání s ohledem na specifické potřeby a dovednosti každého klienta. Vyhledáváme a edukujeme potenciální zaměstnavatele, aby překonali obavy ze zaměstnávání lidí se zkušeností s duševním onemocněním. Pomáháme našim klientům překonat obavy a nesnáze při nástupu na nové pracoviště. Provozujeme tréninková pracovní místa.

Se sociálními pracovníky – odborníky na pomoc se zaměstnáním – se naši klienti kontaktují v rámci péče komunitních týmů a CDZ. Oslovit mohou ale i přímo Tým podpory zaměstnávání.

## TERAPEUTICKÉ DÍLNY

Naším klientům nabízíme možnost získat či obnovit základní pracovní dovednosti, rozvinout své zájmy, schopnosti, podpořit své sebevědomí a navázat a udržovat mezilidské vztahy v terapeutických dílnách. Dílny jsou zaměřeny na fyzicky nenáročnou manuální práci. Nabídka pracovních činností je různorodá, od nejjednodušších až po složitější, a tak je možné přizpůsobit aktivitu konkrétním možnostem klienta.

Pražští klienti se mohou realizovat v Dílně Hvězdáři a v Dílně Cedra. V rámci Komunitního týmu Mělník pracují zájemci z řad klientů v Dílně Rosa.

## KLUBY

Tradiční nabídku aktivit ve Fokusu Praha tvoří Centra denních aktivit a Kluby. Jsou to místa, kam je možné zajít jednou za čas nebo chodit pravidelně. Smyslem těchto služeb je udržovat sociální kontakt, navazovat přátelství, dělit se s dalšími o zážitky, nové zkušenosti, ale i problémy a obavy. Prostě nebýt osamocení. Tradičním takovým místem je Dům u Libuše nebo svépomocný Klub Mosty

## DENNÍ SANATORIUM

Fokus Praha provozuje zdravotnické zařízení Denní sanatorium, kde se mohou klienti účastnit celé řady psychoterapeutických programů a konzultací dle individuálních potřeb bez nutnosti hospitalizace. Součástí sanatoria je i psychiatrická a psychologická ambulance.

V roce 2017 jsme nabídli skupinových ambulantních programů po řadě let inovovali. Skončil například program Sukof a Granát a připravili jsme nové koncepty, jako např. skupinu Pilot.

Tradičně se zde věnujeme párové i rodinné terapii a pořádáme různé přednášky a kurzy pro rodinné příslušníky. Duševní nemoc totiž často ovlivňuje celé rodiny a pozornost a porozumění potřebují jak nemocní, tak pečující.





## PŘÍBĚH BORKA LACINY

„Bylo krátce po revoluci, mně bylo jednadvacet, dělal jsem topiče a zároveň studoval anglistiku na filozofické fakultě. V době, kdy končil druhý semestr, jsem začal mít pocit, že se se mnou děje něco divného. Měl jsem i různé somatické potíže, třeba třes rukou, a byl takový manický. Dostal jsem se do stavu, kdy jsem začal mít pocit, že mám zvláštní vnímání reality. Pokud vím, tak když se mluvím o bludech, tak se uvádí, že to je určité nevyvratitelné přesvědčení člověka. Já měl pouze pocity. Pocit, že mě někdo sleduje, že mi z rádia posílají divné vzkazy, že dokážu komunikovat s nějakou božskou entitou. A že si mě ta božská entita vyvolila, abych tady na Zemi splnil nějakou misi. Sám jsem si tehdy říkal, že je to zvláštní. Nedostal jsem ve škole jeden zápočet, tím pádem nemohl jít k důležité zkoušce a vypadalo to, že budu muset opakovat ročník. Těžce jsem to nesl. Nebylo mi dobře, a tak jsem šel k praktické lékařce. Poslala mě nejdříve za neurologem, který nic nezjistil, a pak za psychiatrem. Tam jsem přišel, stály tam tři ženy v pláštích a jedna z nich mi po pětiminutovém hovoru řekla, že trpím schizofrenií a že bych si k nim měl jít lehnout.“

„Já jsem v té době už měl načtenou různou literaturu, četl i o schizofrenii, a tak jsem jim řekl, že s nimi nesouhlasím. Ony mi řekly, že mi ale nedovolí, abych chodil do práce. Tak jsem odjel na dovolenou. Jel jsem do Malé Fatry, lezl po horách a měl pocit, že ze mě úplně všechno spadlo. Vrátil jsem se s tím, že je mi už o hodně líp. Ale postupně jsem zjišťoval, že mám takové zážitky, které s druhými lidmi nedokážu sdílet. A navíc jsem v tom svém předchozím stavu tropil různé věci, které jsem lidem nedokázal

jednoduše dost dobře vysvětlit. Nemluví se mi o tom lehce, ale třeba jsem se tehdy hodně pohádal se svými rodiči nebo jsem vzal svoji korespondenci a strčil ji do kaslíku jednoho lektora. Pro mě to mělo nějaký psychologický podtext – vysvětloval bych to dlouho, ale důležité je, že pro to mám nějaké opodstatnění. Ale na žádné mé důvody, přání a potřeby se mě nikdy nikdo neptal. Byl jsem hospitalizován celkem pětkrát. Vždy se mnou mluvili na příjmu, někdy ani to ne, a potom se mnou už nikdo o ničem nediskutoval. Naopak se diskuzi snažili vyhnout. Moje výhrady ke způsobu léčby brali jako příznak nemoci. Vyhodnotili to tak, že dokud u mě bude převládat stav, který oni označují za psychotický, tak jediné, co na mě zabere, jsou takzvaná antipsychotika. To jsou léky, které ovlivňují neurony v mozku. Utlumí vás často tak, že se o sebe už nejste schopný sám postarat. A někdy už nejste schopný ani mluvit.“

„Můj příběh je o tom, že nevím, jestli mám nějakou poruchu v mozku anebo jestli jde o psychologický proces. Jsou přístupy, které ukazují, že to, co mi diagnostikovali, tedy paranoidní schizofrenie, vzniká jako určitý proces myšlení. Ten vede až k tomu, že člověk pocituje takovou úzkost, že přestává být schopen komunikovat s druhými lidmi. Britská psychologická společnost se na to dívá takto. Teď na podzim v Praze proběhla konference, kterou organizoval Národní ústav duševního zdraví, a tam se k téhle otázce stavěli úplně naopak. Lidé z tohoto ústavu totiž mají za to, že příčinou je porucha mozku. Já jsem na tohle vysvětlení nakonec po těch prvních hospitalizacích také přistoupil. Tehdy mě přesvědčili, že můj problém spočívá v přebytku dopaminu v mozku. S tím jsem žil dlouho. Což ale vedlo k tomu, že jsem rezignoval. Byl jsem poslán do invalidního důchodu a rezignoval na to, že na sobě nějak mohu pracovat. Dlouho jsem nic nedělal. Maminka se o mě starala – vařila, prala, uklízela –, táta dělal na baráku a já jsem jen seděl doma, koukal do stropu a poslouchal rádio. Jednou za týden jsem chodil na skupinovou terapii, ale ta mě vůbec nevedla k tomu, abych se sebou něco dělal. Po čase ale usoudili, že pro mě bude lepší individuální terapie, a tam se začalo něco hýbat. Zanedlouho mě také psycholog poslal bydlet do terapeutické komunity, kde jsem zjistil, že nejsem sám, kdo má takové problémy. Pobýval jsem tam rok, dostal se od rodičů, kteří mě opečovávali a zneschopňovali, a zjistil jsem, že na sobě dokážu pracovat. A že o sobě a svých problémech dokážu mluvit. To mě postavilo na nohy.“

„Domnívám se, že to, co mi mohlo na začátku, v době mé první epizody, pomoci, by bylo, kdyby se mnou někdo opravdu mluvil. Já jsem třeba navštívil finské městečko Tornio, kde už od 80. let dělají něco, čemu říkají ‚Otevřený dialog‘. Je to setkání lidí, do kterého zapojí blízké okolí člověka. Rodinu, příbuzné, nejbližší kamarády, kolegy z práce. Ale může tam být i nějaký úředník, který s člověkem přichází do kontaktu. Tyhle lidi oni sezvou dohromady a řeší s nimi problém toho daného jedince. A ukazuje se, že ho pak nepotřebují zamedikovat, utlumovat. Protože on v sobě většinou sám

najde sílu jednat – vylíčit, co se s ním děje, vysvětlit, co ho vedlo k určitému jednání. Nebo jen říct, jaké má potřeby. Na to je celý ten přístup zaměřený – okamžité potřeby člověka. Oni jsou schopni to setkání zorganizovat v krátké době. Protože když se neřeší ty aktuální potřeby člověka, a to se stávalo mně, tak on začne být apatický a začne mít pocit, že nikoho nezajímá, co se s ním děje. Až to nakonec vzdá. Pak jsou lidé dlouhodobě na lécích a dlouhodobě hospitalizováni.“

Když už je člověk na lécích roky, tak je to těžší – čistě psychologická léčba pak už tolik nezabírá. Zároveň, když u svého psychiatra zmíním otázku vysazování léků, tak o tom se mnou nechce moc mluvit. Spíše mě před tím varuje. Já to na jednu stranu chápu, protože léky беру už dlouho, ale na druhou stranu si říkám, že mi už dávno měli říct, že z dlouhodobého hlediska to není žádoucí. Protože to snižuje možnost se uzdravit. Protože léky člověka utlumují, než aby ho vedli k rozvoji. Já si myslím, že slovo psychóza je taková výmluva, abychom nechali lidi někde zapráškované a nemluvili s nimi, dokud se z toho neproberou. Mně se třeba líbí teorie, že ona takzvaná psychóza člověka zasáhne v době, kdy se ubírá nějakým špatným směrem. Americký psychiatr John W. Perry se vyjádřil, že psychotické stavy, respektive schizofrenie, je obnovný, sebeuzdravný proces. Což je hrozně zajímavý způsob, jak o tom přemýšlet. Takže když vám pak někdo řekne ‚Ty vaše představy, to je jen dopaminová porucha mozku!‘, tak je to naprosté znehodnocení toho, co se s vámi děje.“

„Dnes pracuji jako koordinátor svépomocných aktivit v Klubu Mosty, což je volnočasový program organizace Fokus Praha pro lidi s vlastní zkušeností s psychiatrickou diagnózou. Máme tady takový nehierarchický přístup. Já tu nejsem jako někdo, kdo by měl lidem něco nařizovat nebo jim dávat návody do života. Jsem tu od toho, abych je vyleschl a abych jim zprostředkoval svoji zkušenost. Snažím se být lidem průvodcem po těch místech, která já už trochu probádal. Aby nemuseli zbytečně bloudit.“



## PŘÍBĚH JANY PEKÁRKOVÉ

Pro mě bylo vždy těžké vyrovnat se s různými negativními jevy ve světě, ať už šlo o války nebo špatné mezilidské vztahy. Vždy jsem tyhle věci silně vnímala a hodně se jimi zabývala. Když se něco špatného stalo a já třeba viděla v televizi záběry z války, tak jsem se cítila bezmocně, že těm lidem nemohu pomoci. Mám stále v tom, co jsem prožila, trochu zmatek, ale mám pocit, že to tehdy došlo do okamžiku, kdy už nebylo možné tímto způsobem pokračovat. Zkoušela jsem se s tou nespravedlností ve světě nějak vnitřně vyrovnat. Říkala jsem si, že by stačilo málo a hodně věcí by se zlepšilo. Pak jsem začala jednoho dne vnímat, že lidstvo přechází z jednoho věku do druhého a říkala jsem si, že potom už bude lépe. Že vztahy mezi lidmi se napraví, že už nebudou války. Takhle jsem to vnímala a četla si o tom různou literaturu. Tehdy mi přišlo, že ty proměny světa můžu vnímat, že jsem citlivější to pozorovat. Dnes připouštím, že můj kontakt s realitou byl v téhle době poměrně malý. Docházela jsem tehdy k psychiatrice, která mi jednoho dne naznačila, že takhle to dál nepůjde. A tak jsem se nakonec ocitla v Bohnické léčebně na nedobrovolné hospitalizaci. Moje oficiální diagnóza je psychóza a organická porucha nálady, ale z pozdějšího rozhovoru s psychologem vyplynulo, že mám sklony trápit se věcmi, které nemůžu změnit. Já si myslím, že není jednoznačné, že za hospitalizací v psychiatrické nemocnici stojí vždy nějaké medicínské důvody. Někdy je za tím podle mě něco, čemu se říká psychospirituální krize.“ „Zpočátku jsem v Bohnicích odmítala léky.

Měla jsem pocit, že mě tím chtějí zabít. Říkala jsem si, že se ten starší věk odmítá vzdát své vlády a chce lidi, kteří jsou vnímavější, nějakým způsobem zničit. Nikdo se se mnou ale o ničem nebavil. Asi tři čtvrtě roku jsem mohla ven jen v doprovodu rodiny. Až když jsem šla z příjmového na uzavřené oddělení, tak jsem narazila na psycholožku, která měla zájem pochopit, co se se mnou děje. Já jsem v té době nebyla dost dobře schopná mluvit o tom, co mi je a co se mi děje, ale bylo pro mě důležité, že se mě někdo snažil pochopit. Vycítila jsem, že to, co jí řeknu, nepoužije nijak proti mě. Mluvila jsem s ní o své bezradnosti, o tom, že je ve mě velké prázdno. Ona pozorně poslouchala a snažila se mi s pomocí jedné doktorky pomoci. Došly jsme k tomu, že to, co prožívám, je pro mě hodně spojené s otázkou víry. A že víra je pro mě v životě něco hodně důležitého. A zatímco dříve, na příjmovém oddělení, když jsem líčila, jak to v tom novém věku bude všechno hezké, jsem se dozvíдалa, že to je jen projev mé psychózy, tak tentokrát se ta doktorka s psycholožkou snažily řešit příčinu. Třeba mě nechaly mluvit s místním koordinátorem spirituální péče. Mohla jsem si s ním dlouze povídat, mohla jsem chodit odpoledne mimo areál léčebny a do kostela. Také vyhověly mé žádosti dostávat vegetariánskou stravu – dříve mi stejnou žádost jiná doktorka zamítla, s tím, že to bude dražší. Rozhodla jsem se tak z etických důvodů. Myslím si, že i díky tomu jsem začala mít pocit, že naslouchám sama sobě. A začala jsem se cítit líp. V té době jsem si začala říkat, jestli to, co si myslím, je opravdu tak nezpochybnitelné nebo jestli to může být i jinak.“

„Přijde mi, že razantní léčba pomocí léků nemůže nikdy fungovat. Protože takhle se lidi zaléčí, po čase propustí a dál nic. S psychologem jsme došli k tomu, že příčina mých potíží začala roky předtím, než jsem byla hospitalizovaná. Já jsem vždy měla sklony k perfekcionismu a k pocitům velké zodpovědnosti. To, co jsem chtěla já, jsem odsouvala až ‚na někdy‘. Často to totiž překryly různé povinnosti, které jsem vnímala, že mám. Říkala jsem si, že druzí lidé to mají těžší a potřebují mě víc. Starala jsem se o nemocnou babičku, snažila se vyjít vstříc různým kamarádům. Říkala jsem si, že to, co chci já, není vůbec důležité, že teď jsou důležitější věci. Ale když člověk popírá sám sebe, tak to nikdy nikam nepovede. To se teď snažím říkat i lidem, se kterými se ve Fokusu ve volnočasovém klubu Mosty setkáváme. Snažím se je motivovat, aby se svým životem něco dělali, aby nebyli jen jeho pasivními diváky. Aby šli svou vlastní, individuální cestou. To je často jediná cesta k zotavení.“



## PŘÍBĚH JANA HARANTA

„Už v páté třídě na základce jsem měl ve věcech vytvořený určitý systém, který mi dával pocit vnitřní jistoty. Je těžké to popsat, ale přišlo mi, že musím všechno brát hodně zodpovědně. Že musím mít ve věcech pořádek, abych život zvládal. Měl jsem třeba na lavici srovnané všechny učebnice a měl strach z toho, že si nějakou zapomenou. Asi i proto pro mě začalo být těžké odněkud odcházet. Třeba jsem měl tehdy vždy problém, když jsem opouštěl školní šatnu nebo sedačku v metru – pořád jsem kontroloval, jestli všechno mám, jestli jsem něco nezapomněl. Pořád se mi to točilo v hlavě. Možná to zní jako takové banality, ale já to prožíval s velkým stresem. Nevěděl jsem, jak s tím pracovat. Jak to uchopit a odhodit za hlavu. Na střední škole to už pro mě bylo tak těžké, že jsem měl stavy, kdy jsem necítil absolutně nic. Ani venku, ani uvnitř. Jednoho dne jsem dostal záchvat a skončil v blázinci. Řekli, že mám obsedantně-kompulzivní poruchu.“

„Po jedné další hospitalizaci jsem začal pracovat v Baumaxu, v obchodáku. Ale byl jsem v takovém stavu, že mi vlastně ani pořádně nedocházelo, že tam jde o nějaký prodej věci – když si na to dnes vzpomenu, tak se musím smát. Vždy jsem tam přišel, dal si věci do skříňky, vzal si žlutý tričko, jmenovku a chodil jsem po obchodě, utíral prach a rovnal žrádlo pro kočky. Ředitel za mnou po měsíci přišel a říká: ‚Tak, teď už jste připraven, abyste mohl zákazníkům podávat vyčerpávající informace o sekačkách, drtičích větví, kompresorech a čerpadlech.‘ Ale já jsem vůbec nevěděl, co se po mně chce. Jak podat

vyčerpávající informace o čerpadle, když o něm nic nevím? Navíc se mi tam po čase stalo, že jsem najednou ve všem začal vidět prázdnotu. Říkal jsem si, že to do rána přejde. Ale ráno jsem se vzbudil, šel do Baumaxu, uviděl tam ty klece, ty krabice, ty kufříky s náradím, ty pily a za tím nebylo nic. Miliarda věcí, ale já v tom nic necítil. Říkal jsem si: Vždyť všechno je jen iluze! V té době jsem měl silné obsese, které mě připoutávaly k různým věcem a místům. Vyústilo to až v to, že jsem měl různé tiky – třeba jsem polknul a pak dva dny myslel na to, jak polknu znovu. Mrknul jsem a viděl černo před očima.“

„Jediné, co mi vždy pomáhalo, bylo, když jsem začal malovat. Najednou jsem se začal smát, ta úzkost, ta zacyklenost, ty obsese z mé hlavy zmizely. Výsledky toho malování nebyly zpočátku nic extra, ale snažil jsem se tím nastavit na správnou frekvenci. Na vlnu, kdy se můj život bude vyvíjet dobře. Tím, že je člověk tady a teď a soustředí se jen na tu malbu, tak zapomene na všechny věci, které se mu točí v hlavě. Skrz malbu jsem se nakonec nějak vyrovnal i s tím obdobím, kdy jsem dělal v Baumaxu. Namaloval jsem čtyřicet velkých obrazů.“

„Když mi bylo dvacet sedm a byl jsem v prvním ročníku na Akademii výtvarných umění, tak jsem krátce šel do psychiatrického centra do Bohnic. Až tehdy jsem našel způsob, jak ty své obsese překonat. Popsal jsem ty své stavy psycholožce a ona mi poradila, abych tu obsesi, až zase přijde, prostě neřešil. A ať to zkusím udělat ve všech oblastech svého života. Ono to zní dost samozřejmě, ale říct to je mnohem snazší než to opravdu udělat. Ona mi tehdy řekla, ať to zkusím udělat hned ten den, až pojedu z Bohnic domu, až budu na Kobylisích vystupovat z autobusu. Řekla: ‚Vyděte z toho autobusu a zkuste se neotočit.‘ Tak jsem si řekl: Dobře. Hrozně jsem se na ten moment těšil, na to, že to opravdu neudělám. Seděl jsem v tom autobuse a říkal si: Musíš to zvládnout. Tohle je tvoje cesta k novému, lepšímu životu. Ted' vyjdeš ven, neotočíš se a nebudeš to v sobě řešit. A normálně se mi to povedlo. Hned v ten moment jsem začal cítit, jak se ve mně tvoří obrovské vlny, velká vnitřní energie. Jel jsem metrem na Muzeum a zase se neotočil. Tím jsem tu energii nezablokoval, jak jsem to dělával celé ty roky předtím. Nechal jsem ji volně proudit. To pro mě byl velký zlom. Cítil jsem takovou čirou radost, že jsem přišel na něco, co mi pomáhá. Hned jsem si začal říkat, že teď v sobě tu energii budu mít a že ji můžu dát do svých obrazů. Když jsem totiž maloval pár let před nástupem na Akademii, tak moje malby byly, jako bych je vystříhl z encyklopedie. Namaloval jsem třeba motýla, ale nebyla v tom žádná energie, žádná dravost, žádná malířskost. Veškerou svou energii jsem utápěl ve svých obsesích. Ted' jsem jí najednou měl a mohl ji přenést na plátno.“

„Zjistil jsem, že mi ty obsese vlastně napovídají, jak něco neudělat. A tím tedy, jak si udržet zdravou mysl. To je nejdůležitější, udržovat si hlavu bystrou a čistou. I proto teď každé ráno píšu tři stránky deníku. Sednu si do křesla, dám si kafe a napíšu tři stránky textu. Krom toho, že psaním propojím hlavu s rukou, což je důležité i při kreslení, tak ze sebe vypisuji všechno, co mi leží v hlavě. To je velká terapie. Někdy píšu jen blbosti. Někdy píšu, co se stalo včera, na co se těším dnes. Jindy píšu něco, co mi pomáhá – třeba několikrát za sebou napíšu ‚nikam nespěchat‘. Nebo jen poděkuji, že se mi daří dobře.“



# SOCIÁLNÍ FIRMY - PODNIKÁME

Zabýváme se sociálním podnikáním, zaměstnáváme lidi se zdravotním handicapem – převážně s duševním onemocněním. Všechny naše sociální firmy jsou součástí Fokusu Praha.

Provozujeme tyto sociální firmy – prádelnu, zahradnickou firmu, dílnu pro ruční práce, penzion a redakci.

## RUKODĚLNÁ DÍLNA U KREJČÍKŮ

Nám. Karla IV., Mělník

## JŮNŮV STATEK

Sedlec 9, Praha - východ

## ČESKÉ GALERIE

Dolákova 24, Praha 8-Bohnice

## ZAHRADA

Ústavní 91, Praha 8-Bohnice

## PRÁDELNA U MANDELÍKŮ

Podbabská 8, Praha 6-Bubeneč



## JŮNŮV STATEK

Od roku 1996 je objekt bývalého statku v majetku Fokusu Praha a vybudovali jsme zde první sociální firmu v ČR. Byl zde penzion, restaurace, prádelna a dílna. V roce 2017 sociální firma Jůnův statek ukončila svoji činnost a objekt se začal připravovat pro prodej novému majiteli.



## PRÁDELNA U MANDELÍKŮ

Sociální firma Prádelna u Mandelíků vznikla v roce 2011. V nabídce je praní, ruční žehlení, mandlování, provádění drobných oprav a úprav prádla a rozvoz prádla. [www.pradelnaumandeliku.cz](http://www.pradelnaumandeliku.cz)

Z projektu "Zaostřeno na práci" CZ.07.3.63/0.0./0.0/16\_031/0000213 v rámci operačního programu Praha - pól růstu byl v roce 2017 rozvoj sociální firmy Prádelna u Mandelíků – rekonstrukce provozovny, nové vybavení, nové webové stránky.



EVROPSKÁ UNIE  
Evropský strukturální a investiční fondy  
OP Praha – pól růstu ČR



## ZAHRADA

Sociální firma Zahrada vznikla transformací chráněné zahradnické dílny již v roce 2006. Provádíme kvalitně veškeré zahradnické služby v plném rozsahu, dle přání zákazníků.

## RUKODĚLNÁ DÍLNA U KREJČÍKŮ



Rukodělná dílna na Mělníku vznikla v roce 2013 transformací chráněné dílny na sociální firmu, která podniká na běžném trhu. V současné době se dílna věnuje šití textilu na zakázku. Vyrábí síťové tašky včetně kompletace. Kompletuje balíčky a výrobky dle přání zákazníka.

Redakce České galerie je sociálním podnikem Fokusu Praha od roku 2017. Jejich hlavním vydavatelským počinem je informační bulletin, který vychází jednou za dva měsíce v nákladu 10 000 kusů. Přehlednou formou informuje o výtvarném dění nejen v Praze i v celé ČR. Přehledy výstav jsou k dispozici zdarma v inzerovaných galeriích, informačních centrech a literárních kavárnách. Aktuality také najdete na FB a aktuální přehled výstav nejdete na webu [ceskegalerie.cz](http://ceskegalerie.cz)

SKUPINA 

V rámci zájmu o výtvarné umění vznikla spontánně Skupina F, která volně propojuje umělce s duševním onemocněním (i bez něj) s cílem destigmatizovat skrz umění lidi s duševním onemocněním.

*Z projektu "Zaostřeno na práci" CZ.07.3.63/0.0./0.0/16\_031/0000213 v rámci operačního programu Praha – pól růstu je financován rozvoj sociální firmy Fokusu Praha České galerie. Připravili jsme nové webové stránky a rozvíjíme firmu.*



## VZDĚLÁVÁME

### Centrum vzdělávání

Centrum vzdělávání je součástí Fokusu Praha. Připravuje kurzy pro sociální pracovníky, pracovníky v sociálních službách, pracovníky ve zdravotnictví, psychology, pedagogy, pracovníky dalších pomáhajících profesí, studenty i zainteresovanou laickou veřejnost. Kurzy jsou akreditované MPSV v rámci dalšího celoživotního vzdělávání. Pro pracovníky ve zdravotnictví lze po předchozí dohodě kurzy akreditovat u příslušných profesních sdružení. Kurzy jsou vhodné i pro blízké a příbuzné lidí se zkušeností s duševním onemocněním.



Pro organizace realizujeme také kurzy „na klíč“. Tyto jsou přizpůsobeny specifickým požadavkům organizací a realizovat je přímo v jejich prostorech.

## WORKSHOP CRAIGA LEWISE „LEPŠÍ ČASY“

Centrum vzdělávání zorganizovalo začátkem října mimořádný workshop. Lektor, Craig Lewis, punrocker žijící v Salem v Massachusetts, se s účastníky podělil o svůj příběh a návod na recovery. Craig Lewis pracuje jako peer special-



## STÁŽE

V rámci poskytování služeb je ve Fokusu Praha nabízíme prostor pro přípravu studentů vyšších odborných a vysokých škol formou krátkodobých i dlouhodobých praxí. Dále pak poskytování stáží odborným pracovníkům z ostatních služeb a zahraničním kolegům. Počet stáží oproti předchozímu období vzrostl téměř čtyřikrát. V roce 2017 jsme přijali 70 stážistů, kteří celkem prožili ve Fokusu 343 dní.

## BLÁZNIŠ? NO A!

Blázníš? No a! je jednodenní vzdělávací program pro středoškoláky. Jeho smyslem je odstraňování předsudků a obav, které provázejí duševní obtíže a nemoci i psychiatrickou péčí obecně. Celý program je interaktivní a současně edukativní. Učí mladé lidi, jak se odvážně postavit životu, učit se od sebe navzájem, respektovat jeden druhého a vzájemně si pomáhat.



Fokus Praha pořádá tyto programy již od roku 2005 a spolupracuje tak s mnoha středními školami v Praze.

Fokus Praha koordinuje rozšiřování programu Blázníš? No a! do dalších oblastí republiky, k dalším středoškolákům. V roce 2017 se podařilo založit nové regionální týmy v Brně, v Chomutově a v Jeseníku.

Rozvoj programu podpořil projekt číslo: CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_023/0001302, který je realizován od srpna 2016 do konce července 2018 a je financován z prostředků ESF prostřednictvím Operačního programu zaměstnanost a státního rozpočtu ČR.



## KNIHA ZA ZDMI (MZ)

Fokus Praha vydal v rámci edice Marco Cavallo překlad knihy Za zDMI. Jde sborník přednášek z mezinárodní konference konané v italském Meranu v roce 2004, která se věnovala deinstitucionalizaci psychiatrické péče v Evropě. Vydání knihy podpořilo Ministerstvo zdravotnictví ČR



## I-ROC

Díky finanční podpoře Ministerstva zdravotnictví a spolupráci se skotskou Penumbrou jsme vytvořili českou mutaci ve Skotsku osvědčeného a do detailů propracovaného „nástroje“ na zjišťování míry zotavení. Tento „hravý“ dotazník bude motivovat ke zotavení klienty a napomáhat ve vedení rozhovoru našim pracovníkům v následujícím období.



## STUDIO 27 A 1. MÍSTO SOCIALMARIE 2017!

Studio 27 je unikátní mediální projekt. Vedou ho lidé s filmařskými a žurnalistickými zkušenostmi, kteří si zároveň prošli vlastní zkušeností s duševním onemocněním. Navozují společenskou debatu o aktuálních tématech, která se vztahují k duševnímu zdraví. Aktuální informace o činnosti Studia a všechny reportáže můžete také sledovat na youtube, na FB Studia 27 a stránkách Studia 27.

V roce 2017 byla činnost Studia 27 oceněna první cenou SozialMarie 2017! Tento projekt se prosadil jako nejlepší ze 190 přihlášených z celé střední Evropy. Cena je udělována od roku 2005 a hledá výjimečné projekty v oblasti sociálních inovací. Čeští zástupci se na první příčce objevili díky Studiu 27 poprvé.







## PŘÍBĚH BŘÉTI KOŠTÁLA

„Nejdřív jsem měl v pětadvaceti letech asi čtyřměsíční depresi, která ale odezněla sama, bez toho, abych navštívil lékaře. Během té doby jsem byl totálně bez sebevědomí, bál jsem se promluvit na lidi, mluvit s kamarády. Všech jsem se stranil. Byl jsem uzavřený, sklíčený, unavený, vyčerpaný. Jen jsem jedl a vylučoval. Nechtělo se mi nikam moc chodit. Moc jsem nevěděl, co se děje. Já jsem byl vždy takový uzavřený knihomol, takže rodině ani nepřišlo, že by se mnou něco bylo. Já ale věděl, že tohle už je moc. Během toho roku jsem prošel první atakou, kterou vyvolala taková hluboká psychospirituální zkušenost.“

„Mám dojem, že to celé souviselo s tím, že jsem se cítil být nepoužitelný pro praktický život. Pořád jsem nevěděl, co budu dělat po škole, jak budu žít, kde budu žít. Vůbec jsem v tom neměl jasno. Když mi během deprese přestaly dávat smysl takové ty běžné, každodenní věci jako chodit do školy, chodit do práce, chodit na šerm, tak jsem se začal upínat ke spiritualitě, kde jsem našel určitou seberealizaci a hlubší smysl. Jeden týden jsem tehdy držel půst a do toho hodně cvičil jógu a pránájámu, což jsou dechová cvičení. Hodně jsem se také modlil za odpuštění mých hříchů. Jeden den jsem se rozhodl, že bych rád Boha zažil přímo, opravdově, a následoval jsem doporučení jedné knihy, která mluvila o probuzení něčeho, čemu se říká hadí síla. A stalo se, že se ve mě opravdu něco probudilo. Byl jsem tehdy v kostele, kam jsem se přišel modlit a kde jsem byl dva roky předtím pokřtěn, a začal jsem se třást a silně potit. V jednu chvíli jsem se už ani nemohl udržet na nohou a musel si lehnout na dlažbu. Tam jsem tehdy zažil, jak mé vědomí letí tunelem ke zlatému světlu, kde prožívá totální blaženost a chce s tím světlem, s tou blažeností, splynout. Ale zároveň jsem pořád věděl, co se děje. Když už jsem se rozhodoval, jestli splynout nebo nesplynout, tak

mě napadlo, že by to také mohla být moje úplná smrt. A já nechtěl způsobit zármutek mým blízkým, kteří by našli mrtvé tělo. V tu chvíli tam přiběhl nějaký chlapík, to jsem také vnímal, který vykřikl: ‚Proboha, vždyť je tady nějaké mrtvej! Zavolejte záchranku!‘ Já jsem si říkal: Záchranku? Představil jsem si, jak mi nějakí chlapi dávají elektrošoky, a jelikož jsem to nechtěl zažít, tak jsem se radši vědomě vrátil zpět do svého těla a probíral se. Ale s obrovskou energií. A myslím si, že právě tahle energie, která se ve mě naakumulovala, mi tehdy hýbla s jemným biochemismem v mozku a mě z toho lidově řečeno hráblo.“

„V následném období jsem byl ve stavu, kdy jsem měl příliš energie, nezastavitelné myšlenky. Vůbec jsem nemohl spát. Objevila se i telepatická komunikace s různými bytostmi a pocity pronásledování ze strany nějakých ostřelovačů. Bylo to takové rozjitřené. Ale v podstatě mě poháněl strach. Neustále jsem hledal klid. Měl jsem představu, že po mně jdou ostřelovači, takže jsem se krčil mezi auty. Slyšel jsem hlas, který mi říkal: ‚Jsou tady ostřelovači, kryj se!‘ Bylo to jako ve filmu Matrix, kdy Morpheus naviguje Nea po telefonu a říká mu, kudy má proběhnout, aby se vyhnul agentům. Ale zároveň jsem ve stejném období pociťoval radost. Tu jsem v jeden moment projevilo tím, že jsem začal bubnovat na jedno auto. Rozezněl se alarm, vyběhl majitel a začal na mě strašně rvát. Ten jeho hněv ve mně vzbudil také hněv. Tak jsme si to tak předávali, až jsem vyskočil na to jeho auto a tím mu promáčkl kapotu. Dopadlo to tak, že mě policajti přivezli v poutech do léčebny.“

„Ale ani po téhle události jsem se necítil být nemocný. Stále jsem si říkal, že se to stalo nedopatřením. A že silou vůle se přeci příště už vždy ovládnou a zvládnou, aby se to už neopakovalo. Jenomže vůle na to nemá vliv. Biochemismus je silnější než vaše rozhodnutí chovat se takzvaně v normě či řádně. Ta epizoda s autem se stala v roce 1997 a já svoji nemoc přijal až v roce 2005. Do té doby jsem si prošel několika atakami, které jsem vždy vnímal jako určitou psychospirituální krizi a které jsem vždy zaléčil léky. Byl jsem třeba měsíc, dva na neschopence a znovu pracoval. Pak se ale jednou stalo, že jsem ataku neprožil blbě ani tak zdravotně jako sociálně. V podstatě jsem se totálně znemožnil – tehdy jsem už měl více sociálních vazeb, cítil se být více zakořeněný ve vztazích. Už mi dělalo dobře být mezi lidmi. O to těžší tedy bylo, když jsem během dvou měsíců přišel o bydlení, o práci, o partnerský vztah a ještě o účast v seberozvojovém semináři, na kterém mi záleželo. Všichni se na mě koukali a tūkali si na čelo. Až tehdy jsem si řekl, že s tím asi něco musím, dělat, že jsem asi opravdu nemocný.“

„První, co jsem udělal, bylo, že jsem absolvoval psychoedukační stacionář na téma psychóz, psychotických onemocnění. A hned jsem si uvědomil, že jsem to měl udělat už v době té mé první epizody. Ale je otázka, jestli bych tehdy přijal ten doktorský, biochemický pohled na věc. Vysvětlili nám tam, jak to funguje v mozku – že tam jsou nějaké neurotransmitery, nějaké přenašeče, nerovnováha dopaminu, a tak podobně. A mně tehdy opravdu hodně pomohlo o tom slyšet. Dnes vnímám, že to je, vedle toho ryze psychospirituálního, takový druhý extrémní pól, jak se na celou věc dívat. A mezi tím je celá ta bohatost a košatost života.“



## PŘÍBĚH ELIŠKY KOŠŤÁLOVÉ

„Po prvním porodu jsem měla deprese, které jsem zaléčila antidepresivy. Jenže pak jsem měla druhý porod a přišla moje první ataka. Slyšela jsem různé hlasy. Třeba mě kontaktovali mimozemšťani a já s nimi telepaticky mluvila. Komunikovali se mnou různí lidé, které ostatní neviděli. Měla jsem vizuální halucinace. Viděla jsem bytosti v černých kápích, které mi chtěli sebrat dítě. Byla jsem šílená strachy. Dělal jsem tehdy vysokou školu, sociální pedagogiku, a jelikož jsme měli už několik semestrů psychiatrie, tak jsem tušila, o co se jedná. Hned jsem šla za doktorem, který ke mně přisunul léky a řekl: ‚No, to už je vážnější.‘ Další šest let jsem brala léky.“

„Bydleli jsme tehdy s bývalým manželem ve Zlíně a já se postupně v rámci rodiny dostala do hodně pasivní pozice. Během té mé první ataky jsem se nebyla schopná pořádně postarat o děti. Spala jsem dvacet hodin denně, a tak péče o děti byla hlavně na mých rodičích, na manželovi a na tchýni. Trvalo to asi tři čtvrtě roku, kdy jsem se dávala postupně dohromady a pomalu přebírala zpět nějakou odpovědnost. Ale rodina už se na mě od té doby dívala jinak. Je pravda, že jsem i později po léčích bývala často unavená. Třeba jsem usnula u tchýně na pohovce a všichni příbuzní to brali dost negativně – mysleli si, že jsem líná. Říkali, že mi nic není, že si vymýšlím. Ale zároveň mi naznačovali, že různé věci sama nezvládnou, a já to dlouhé roky přijímala. Když jsem po letech hledala práci, tak mi tchýně říkala, že na víc než půl úvazek to u mě nemá smysl, že bych to nezvládla. Nakonec jsem po čase hledala jen práce pro osoby se zdravotním postižením. Moje sebevědomí v té době hodně utrpělo. Všeho jsem se najednou bála.“

„Současné léky dělají to, že člověku úplně oploští jeho citění. Nemáte sice mánie ani

deprese, ale léky neustále drží vaše emoce někde na středu, kde je to zcela ploché. Až tak, že jsou na bodu ‚já nevím, jestli tu emoci vlastně mám‘. A tak si třeba nedokážu ujasnit, jestli mám někoho ráda, anebo ne. Jestli k někomu něco cítím, anebo ne. Nedokážu mít ani velkou radost, ani se nějak příliš naštvat. Takhle plochost mi vždy strašně vadila. Hlavně v souvislosti s dětmi. Protože po letech, co jsem léky brala, jsem vůbec nedokázala mít radost z toho, že jsem s nimi. Vůbec jsem to nedokázala naplno prožívat, vžít se do toho, co jsem s nimi dělala, radovat se s nimi. Přitom jsem věděla, že dřív to šlo. Teď jsem k nim byla taková odtaziťatá, jako bych byla jen jakýsi pozorovatel. To bylo hrozné. Pro mě je totiž hodně důležité, abych cítila a prožívala intenzivně. Bez toho si život nedokážu představit. To byl důvod, proč jsem tehdy nakonec po šesti letech léky vysadila – chtěla jsem znovu cítit.“

„Protože tu nemoc mám, tak se stalo, že jsem asi po třech měsících spadla do další ataky. Ale zároveň jsem si bez těch léků uvědomila, že mám najednou odvahu uskutečnit věci, které jsem dlouho chtěla, ale o kterých jsem si předtím myslela, že bych je nezvládla. Třeba vzít svůj život do vlastních rukou, odejít od manžela a najít si práci v Praze. Předtím jsem se bála, že kdybych se vydala do Prahy za prací, tak že žádnou neseženu, že nenajdu ubytování, že nevyjdu s penězi. Když jsem tyhle strachy ztratila, tak jsem se osvobodila. Přestala jsem se bát toho, co se stane. A stalo se to, že jsem díky kamarádovi v Praze brzy našla dvě práce a v jedné z nich potkala Břětu. Týden poté, co jsem v Praze našla podnájem, jsem se stěhovala k němu. To bylo předloni. A loni v září jsme měli svatbu.“

„Když jsem chtěla vzít děti s sebou do Prahy, tak bývalý manžel šel za právníkem a sepsali návrh na svěření dětí do jeho péče, kde poukazovali na tu moji nemoc, a snažili se dokázat, že se o děti neumím postarat. To mě přesvědčilo, že v naší společnosti existuje diskriminace lidí s duševním onemocněním. Protože to není tak, že by se někdo nedokázal postarat o děti jen proto, že má duševní onemocnění. Já s tím návrhem ale nakonec souhlasila. Ale jen proto, že jsem děti nechtěla zatahovat do bitky o to, kdo je bude mít. Protože by musely procházet různými testy a pohovory s psychology, a to jsem nechtěla. Ale dlouho mi trvalo se s tím srovnat, neustále jsem to řešila se svou psychologkou. Ještě teď mě to někdy rozhodí, když si uvědomím, že je nemůžu mít u sebe.“

„Míváme je u sebe zhruba jednou za měsíc, na víkend. Už několikrát se stalo, že jsem si pro ně nebyla schopná zajet – bylo mi tak špatně, že to nešlo – ale myslím si, že to chápou. Ale samozřejmě mají o duševních onemocněních takové ty dětské představy. Když desetiletý syn nedávno s kamarády natáčel na foťák nějakou scénku, tak tam měli postavu psychopata. Ptala jsem se ho, jestli ví, kdo to je. Říkal, že to je někdo, kdo zabíjí – taková ta představa z filmů. Tak jsem mu vysvětlila, že psychopat může být člověk, který se nedokáže vcítit do ostatních. A že mu to celý život chybí, a proto že může být nešťastný. Myslím, že začal chápat, že není důležitý jen ten venkovní pohled, který říká, že někdo je určitým způsobem jiný, ale že i ten člověk samotný něco cítí. Což je poselství, které jsem se dětem snažila dát i o nás s Břětou: Že vše prožíváme

a cítíme jako ostatní lidé, jen občas máme své psychické problémy, které nám v tu chvíli znemožňují něco dělat, žít normálním životem. To je to hlavní, co chci, aby pochopili. Že každý člověk má svůj vnitřní svět. Že každý ho má jiný a každý ho má jedinečný. A že my ho holt často máme plný strachu, který nám brání naplno prožívat náš život. Ale že ten náš strach není důvod, aby se někdo bál nás.“

„Na začátku jsem si nedovedla vysvětlit, co je Břetovou nemocí a co mám čekat do budoucna. Tím, že mám paranoidní schizofrenii, tak se často bojím věcí, kterých bych se bát nemusela. Takže jsem si pořád říkala, co budu dělat, když se nějaký rys jeho osobnosti v budoucnu projeví určitým způsobem. To naše sžívání se nebylo jednoduché. Když jsem přišla do Prahy, tak jsem zrovna nebrala léky a byla v takovém hypomanickém stavu. Hodně jsem mluvila, málo spala. Léky jsem tehdy začala znovu brát hlavně proto, že jsem viděla, jak je pro Břětu těžké ke mně v takové situaci přistupovat.“

„Už jsme společně zažili dva depresivní propady, víceméně společně – je možné, že se společně stahujeme do toho propadu, ale na druhou stranu se z toho pak společně škrábeme ven. Byly to takové sezónní deprese. Nebyli jsme schopní moc vycházet z domu, dělali jsme jen to, co jsme museli. Byli jsme hodně unavení, hodně jsme spali. Fungovali jsme systémem základní samo-obsluhy. Vařili jsme si jídlo a pospávali, nebyli schopní žádných velkých pracovních výkonů. Ale naštěstí jsme ze strany zaměstnavatele necítili žádný velký tlak, abychom ten výkon podávali. Je to tak, že my dokážeme zabrat, když potřebujeme, na den či dva, ale pak musíme obnovit síly.“

„Jednou když jsme byli na chatě, tak jsem měla takovou mini-ataku: Znovu jsem zažívala ty různé hlasy a vize. Protože ví, o co se jedná, tak Břěta byl schopný stát při mně. Byl schopný mi být v tu chvíli oporou, celé to se mnou prošel. Rozuměl tomu, co prožívám, tomu, co říkám – to pro mě bylo strašně důležité. Že s tím nejsem sama. Že teď už jsme na to dva.“



UDÁLOSTI  
2017

## HUMANS OF PRAGUE

Na stránkách Humans of Prague vycházela v lednu 2017 série příběhů lidí, jejichž život je spojen s Fokusem Praha. Tomáš Princ - redaktor a fotograf zpovídal např. Jana Pfeiffera - jednoho ze zakladatelů Fokusu Praha, kolegy z klubu Mosty, Studia 27 i klienty Fokusu Praha. Všechny příběhy si stále můžete přečíst na FB Humans of Prague a nebo webových stránkách Humans of Prague!

Příběhy jsme s laskavým svolením Tomáše Prince použili i v této výroční zprávě.

## VÝROČÍ DOMU U LIBUŠE

V roce 2017 oslavil Dům u Libuše 25 let své činnosti. Výročí si přišlo na Staré Purkrabství na Vyšehrad připomenout mnoho klientů současných i bývalých a také mnoho zaměstnanců a přátel Fokusu, pro které je Dům u Libuše jednou z vlajkových služeb.



## VÝROČÍ KLUBU MOSTY

Kulaté 15ti leté výročí se v roce 2017 slavilo i v Klubu Mosty. Tento klub tvoří otevřená skupina lidí s nálepkou duševního onemocnění. Nabízejí zde vstřícné a kolegiální prostředí, kde mohou společně, svobodně a smysluplně trávit čas. Klub Mosty představil v rámci oslav výročí svou novou vizi. Jde o vykročení z bezpečného a vyzkoušeného konceptu klubu směrem k vytvoření Discovery College.



## TÝDNY PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ 2017

Podzim jako každoročně provázela kampaň Týdny pro duševní zdraví. V roce 2017 se uskutečnil již 28. ročník, který začal 10. září a vyvrcholil 10. října. Jako každoročně se ke kampani přihlásila řada dalších organizací se svými akcemi, které jsme propagovali na webu [www.tdz.cz](http://www.tdz.cz)

Fokus Praha připravil celou řadu akcí s tematikou duševního zdraví, které již tradičně podpořilo Ministerstvo kultury ČR.

## JIŽ POTŘETÍ NA DESIGNBLOKU

V říjnu jsme měli opět možnost zúčastnit se Designbloku. Představili jsme expozici s námětem duševního zdraví a destigmatizace lidí s duševním onemocněním. Expozice vznikla díky partnerství se společností ArtMovement, z.s. v rámci projektu OKO – mobilní komunitní centrum.

Centrálním artefaktem byla originální „psycholampa“, kterou vytvořila designérka Anna Marešová a návštěvníci se „v lampě“ mohli na chvíli vžít do pocitů člověka, který současně čelí schizofrenii. Ve výstavní části jsme představili veřejnosti umělce, pro které je duševní nemoc výzvou k výtvarnému tvoření. Současně jsme představili mezinárodní úspěch žurnalistického uskupení Studio 27 a aktivity redakce České galerie – sociálního podniku Fokusu Praha.

## DR. LORENZO TORESINI V ČR

Závěr kalendářního roku vyvrcholil přednáškovým turné Lorenza Toresiniho. Odborník v oblasti péče o duševní zdraví, žijící legenda transformace systému psychiatrie v italském Terstu Dr. Lorenzo Toresini zavítal do ČR. Přes 20 let pracoval v psychiatrické léčebně v Terstu a společně s jejím ředitelem Franco Basagliou se podílel na vybudování nového moderního systému komunitní péče založené na multidisciplinárním přístupu.

Díky podpoře z ministerstva jsme mohli zorganizovat přednášky Lorenza Toresiniho pro mladé odborníky a studenty vysokých škol. (FF UK Sociální práce v Praze, JU Zdravotně sociální fakulta, LF UK, PNB)



## FOTBALOVÝ TURNAJ FOKUS CUP

V prosinci se uskutečnil již 15. ročník mezinárodního fotbalového turnaje FOKUS CUP. Akce se v Neratovické hale zúčastnily tyto týmy: Barnsley Team (VB), Reakt Gouda (Hol), ReAL Bad Tolt (Nem), Red Cross Kickers (Nem), Regenbogen (Nem), Pozdrav Michalovce (SK), CDZ, Bohnice, Fokus Mladá Boleslav, PEER Team (všechny ČR).



## NOVÝ WEB A FOKUSOVINY

V roce 2017 jsme spustili nové webové stránky Fokusu Praha s novou grafikou. Nové vizuální podoby se dočkaly i Pražské Fokusoviny – informační newsletter, který informuje příznivce Fokusu o dění na poli reformy psychiatrické péče a aktuálním dění v organizaci.

## FUNDRAISING

- hledáme finanční podporu

Děkujeme všem institucím, nadacím, firemními a individuálními dárcům, partnerům a podporovatelům za finanční, hmotnou i morální podporu!

Celkem dary  
**1 172 000 Kč**

Individuální  
a firemní dary  
**587 030 Kč**

Materiální  
podpora a služby  
**30 000 Kč**

Příspěvky na  
veřejnou sbírku:  
**75 000 Kč**

Granty nadací  
a nadačních fondů:  
**480 902 Kč**

## Nejdůležitější FR akce:

# BENEFIČNÍ AUKCE FOTOGRAFIÍ

5. října se uskutečnil 2. ročník benefiční akce organizované Centrem Podskalí. Do aukce své fotografie darovalo více než třicet českých a moravských fotografů a celková vydražená částka dosáhla krásných 220 900 Kč. Získané finanční dary nám umožňují využívat balíčky individuální podpory klientům, kteří jsou v hmotné nouzi a tato pomoc jim pomáhá dostat se z izolace k více samostatnému a důstojnému životu.



## DOBROFEST VE LHOTCE

V sobotu 22. července proběhl na hřišti ve Lhotce u Mělníka pod záštitou místního Sboru dobrovolných hasičů 2. ročník Dobročinného FESTu. Výtěžek ze vstupného na koncert místních kapel, prodeje občerstvení a výrobků dílen a sponzorských příspěvků lokálních firem přinesl pro naše služby na Mělníku dary ve výši 28 750 Kč.



# POMÁHEJ POHYBEM S APLIKACÍ EPP NADACE ČEZ

Díky Nadaci ČEZ jsme za pomoci aplikace EPP během několika dní od 9. srpna nashromáždili tolik bodů, že jsme dosáhli předem určeného cíle a Nadace ČEZ podpořila náš Klub Mosty částkou 70 000 Kč.

Klub Mosty získané prostředky využil na svůj další rozvoj, jako je rozšíření nabídky klubových aktivit o besedy s inspirativními lidmi nebo o sportovní a kulturní akce mimo prostor klubu.



## NÁRODNÍ POTRAVINOVÁ SBÍRKA 2017

V sobotu 11. listopadu se konala Národní potravinová sbírka. Fokus Praha pro své klienty vybral 2 714 kg trvanlivých potravin a drogistického zboží. Pro naši organizaci nakupovali lidé v Kauflandu na Břevnově. Darované potraviny využívají naši klienti, kteří se ocitají v tíživé životní situaci, během celého následujícího roku.



# GRANTY NADACÍ A NADAČNÍCH FONDŮ

## NADACE UNRUHE PRIVATSTIFTUNG

1. cena SozialMarie v hodnotě  
**15 000 EUR** za sociálně  
inovativní projekt  
Studio 27

## JANSEN - CILAG S.R.O.

50 000 Kč na podporu  
provozu a rozvoje svépomoc-  
ného Klubu Mosty

## VÝBOR DOBRÉ VŮLE - NADACE Olgy Havlové

30 000 Kč v rámci programu Cesty  
k integraci na vybudování bezba-  
riérového sociálního zařízení  
v centrále organizace

## NADACE ČEZ

70 000 Kč v rámci aplikace  
EPP - Pomáhej pohybem na pod-  
poru a rozvoj svépomocného  
Klubu Mosty

## LINHARTOVA NADACE

10 000 Kč na podporu  
Redakce České  
galerie

## NADACE UMĚNÍ PRO ZDRAVÍ

2000 Kč pro Centrum Břevnov  
na materiál pro arteterapii

# ROZVAHA (BALANCE)

ke dni 31. 12. 2017

## AKTIVA

	Stav k prvnímu dni účetního období	Stav k posled. dni účetního období
<b>DLOUHODOBÝ MAJETEK CELKEM</b>	<b>29 501</b>	<b>28 118</b>
Dlouhodobý nehmotný majetek celkem	0	0
Dlouhodobý hmotný majetek celkem	47 990	48 153
Dlouhodobý finanční majetek celkem	0	0
Oprávkový k dlouhodobému majetku celkem	-18 489	-20 035
<b>KRÁTKODOBÝ MAJETEK CELKEM</b>	<b>18 864</b>	<b>17 624</b>
Zásoby celkem	173	116
Pohledávky celkem	13 525	8 306
Krátkodobý finanční majetek celkem	5 040	9 038
Jiná aktiva celkem	126	164
<b>AKTIVA CELKEM</b>	<b>48 365</b>	<b>45 742</b>

## PASIVA

	Stav k prvnímu dni účetního období	Stav k posled. dni účetního období
<b>VLASTNÍ ZDROJE CELKEM</b>	<b>31 602</b>	<b>30 572</b>
Jmění celkem	32 892	32 262
Výsledek hospodaření celkem	-1 290	-1 690
<b>CIZÍ ZDROJE CELKEM</b>	<b>16 763</b>	<b>15 170</b>
Rezervy celkem	0	0
Dlouhodobé závazky celkem	0	0
Krátkodobé závazky celkem	16 444	14 018
Jiná pasiva celkem	319	1 152
<b>PASIVA CELKEM</b>	<b>48 365</b>	<b>45 742</b>

# VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY

ke dni 31. 12. 2017

## NÁKLADY

	Kč
Spotřebované nákupy a nakupované služby celkem	18 991
Změny stavu zásob vlastní činnosti a aktivace celkem	0
<b>Osobní náklady celkem</b>	<b>62 689</b>
Daně a poplatky celkem	70
Ostatní náklady celkem	313
Odpisy, prod. majetek, tvorba rezerv a OP celkem	1 602
Poskytnuté příspěvky celkem	27
Daň z příjmů celkem	0

### NÁKLADY CELKEM

83 692

## VÝNOSY

	Kč
Provozní dotace celkem	62 253
Přijaté příspěvky (dary) celkem	1 172
Tržby za vlastní výkony a za zboží celkem	18 808
Ostatní výnosy celkem	1 059
Tržby z prodeje majetku celkem	0

### VÝNOSY CELKEM

83 292

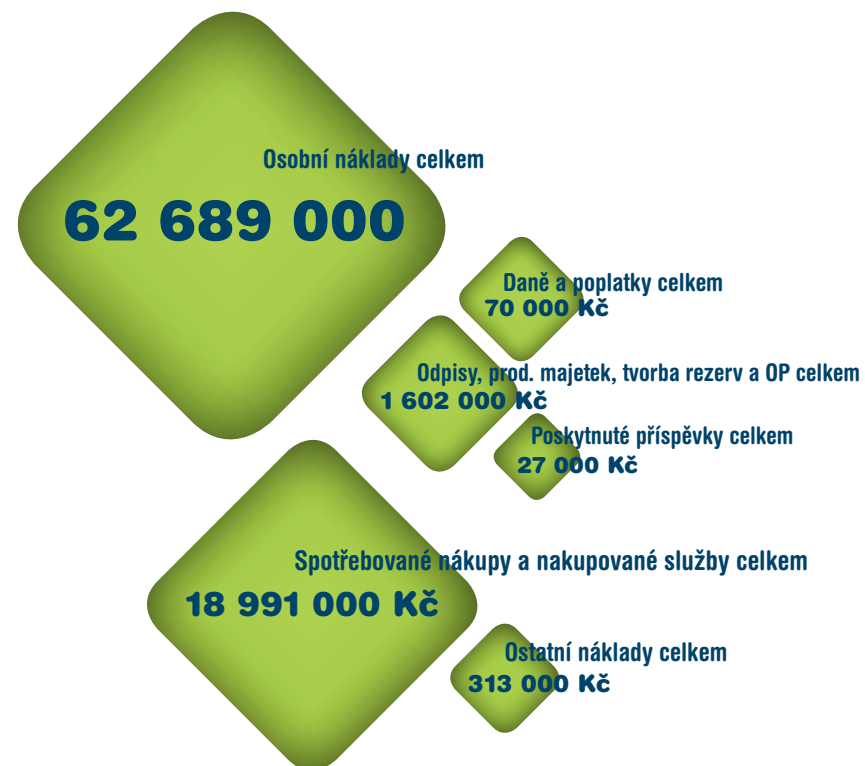
Výsledek hospodaření před zdaněním	-400
Daň z příjmů	0

### VÝSLEDEK HOSPODAŘENÍ PŘED ZDANĚNÍM

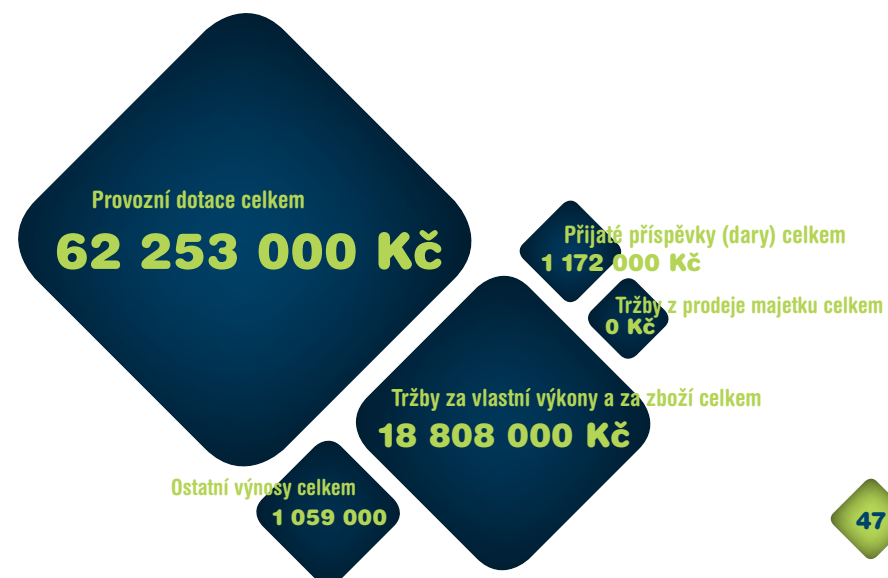
-400

zaokrouhleno na celé tisíce Kč

# STRUKTURA NÁKLADŮ



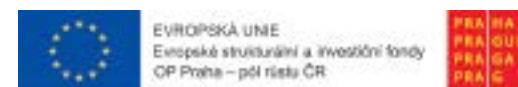
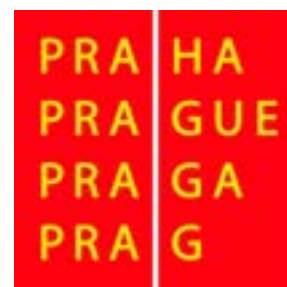
# STRUKTURA VÝNOSŮ





# DONÁTOŘI (dotace nad 5000 Kč)

DONÁTOR	CELKEM
Hlavní město Praha (dotace, granty)	35 361 116
Středočeský kraj (dotace, program OPZ)	14 452 400
Úřad práce ČR	10 649 175
Operační program Praha - pól růstu ČR	1 049 162
Operační program zaměstnanost	507 184
Norské fondy	436 374
MČ Praha 10	300 000
Ministerstvo zdravotnictví ČR	270 000
MČ Praha 7	262 000
Erasmus+	171 855
MČ Praha 6	103 400
MČ Praha 8	100 000
MČ Praha - Trója	100 000
P3 People,Planet,Profit o.p.s.	100 000
Ministerstvo kultury ČR	80 000
MČ Praha 4	70 000
Nadace ČEZ	70 000
Janssen-Cilag, s.r.o.	50 000
MČ Praha 1	50 000
MČ Praha 12	40 000
Město Neratovice	36 000
MČ Praha 13	30 000
VDV – Nadace Olgy Havlové	30 000
Magdalena, o.p.s.	29 938
Obec Lhotka	28 750
MČ Praha 14	27 000
Město Mělník	25 000
MČ Praha 5	19 178
MČ Praha 11	15 000
MČ Praha 9	15 000
Město Brandýs	15 000
Linhartova nadace	10 000
MČ Praha 17	5 000



Obec Lhotka



Město Brandýs



# DĚKUJEME DÁRCŮM

Dárci od 5000 Kč (kteří souhlasí se zveřejněním):

AMIWARE s.r.o.  
Jitka Křivohlavá  
Tom Kunay  
EXAFIN one s.r.o.  
Petra Pavlíčková  
Pavel Socha  
Hana Šťastná  
Jan Raab  
Marcel Toman  
KPD Group, s.r.o.  
Pavel Pohorský  
TRASK SOLUTIONS a.s.  
SÁRA, s.r.o.  
EAST PORT Praha, s.r.o.  
Marcel Vozák  
Lundbeck Czech Republic s.r.o.  
Vanadoo s.r.o.  
Obecní úřad Lhotka

Děkujeme všem dárcům a podporovatelům za spolupráci,  
díky vám se Fokus Praha může nadále rozvíjet a poskytovat  
kvalitní služby lidem s problémy v oblasti duševního zdraví!

# DĚKUJEME PODPOROVATELŮM

Auto\*mat  
AT ambulance Mělník  
Bednář Marek  
Byznys pro společnost z.s.  
Divadlo bez zábradlí  
Divadlo Palace  
Divadlo Kámen  
Divadlo Kampa  
Divadlo Ta Fantastika  
Divadlo v Dlouhé  
GIVT.cz, s.r.o.  
Hasičský záchranný sbor Mělník  
CHKO Kokořínsko  
Kavárna Liberál  
Klub českých turistů  
Martinec náradí, s.r.o.  
Mekuc – Mělník  
Mělnické kulturní centrum  
Město Mělník  
Městská policie Mělník  
Městská knihovna v Praze  
MSD IT Global Innovation center  
MÚ Odolena Voda  
Nadace Via – darujme.cz  
Obec Tupadly  
OÚ Lázně Toušeň  
OSVZ Brandýs nad Labem – Stará Boleslav  
PFUK – program Streetlaw  
Princ Tomáš – Humans of Prague  
Profil Media s.r.o.  
Regionální muzeum Mělník  
Sbor dobrovolných hasičů Lhotka  
SK Motorlet Praha  
Slavíková Denisa – Faible Group  
Státní okresní archiv Mělník  
Toulcův dvůr  
Uklidme Česko  
Svoboda Tomáš  
Škubala Jaroslav  
Švandovo divadlo  
Vrba Jaroslav

# ZA SPOLUPRÁCI DĚKUJEME ORGANIZACÍM

Artmovement, z.s.  
Armáda spásy  
Asociace denních stacionářů a krizových center (ADSKC)  
Azylový dům Mělník  
Baobab  
Bona  
Centrum podpory transformace  
Centrum pro rozvoj péče o duševní zdraví  
Centrum sociálních služeb Praha  
Červený kříž  
Denní psychoterapeutické sanatorium Ondřejov  
Dobroduš  
ESET-HELP  
Fakultní nemocnice Královské Vinohrady  
Fokus ČR  
Green Doors  
Charita ČR  
Chráněné bydlení DOMOV – Nebužely  
Jednota pro deinstitucionalizaci  
Kaleidoskop  
Liga lidských práv  
Maltézká pomoc  
Magdalena  
Mental Health Europe  
Modré dveře z.ú.  
MAS Nad Prahou  
Naděje  
NUDZ - Národní ústav duševního zdraví  
Odbory sociálních věcí  
Pedagogicko-psychologická poradna Praha 6  
Platforma pro sociální bydlení  
P3 – People, Planet, Profit  
Psychiatrická léčebna Kosmonosy  
Psychiatrická nemocnice Bohnice  
Psychiatrická nemocnice Horní Beřkovice  
Quip  
Sananim  
Tessea  
Ústřední vojenská nemocnice  
Všeobecná fakultní nemocnice - psychiatrická klinika Ke Karlovu  
Židovská obec

# DĚKUJEME DOBROVOLNÍKŮM

Celkem bylo 21 dobrovolníků.  
Celkem odpracovali 489 hodin.

Nikola Bradáčová  
Jana Fellmannová  
Eliška Kropáčová  
Benjamin Kunc  
Marek Noskovič  
Rebeka Sgallová  
Martin Tušíl  
Barbora Vrbová  
Kathryn Williamsová  
Eleonor Vail  
Justýna Beránková  
Nikola Blažková  
Anna Horáková  
Markéta Kovářová  
Andrea Kretíková  
Tadeáš Moravec  
Zuzana Prokopová  
Veronika Radová  
Martin Rodin  
Polina Shtalman  
Veronika Šrámková

## FIREMNÍ DOBROVOLNÍCI

Cofidis s.r.o.  
MSD IT Global Innovation Center s.r.o.

# SPRÁVNÍ RADA FOKUSU PRAHA

## Mgr. PAVEL KOŠÁK

Je předsedou správní rady Fokusu Praha společnosti pro podporu lidí se zkušeností s duševní nemocí. Pracuje ve vzdělávacím programu Varianty společnosti Člověk v tísni, o.p.s. jako koordinátor vzdělávání a lektor kurzů pro pedagogy. Věnuje se inkluzivnímu vzdělávání a multikulturní výchově. Ve Fokusu Praha pracoval v Domě u Libuše.

## PATRIK NOVÁK

V letech 1994 – 1997 pracoval jako sociální pracovník ve Fokusu Praha. Mimo jiné stál u zrodu programu na podporu zaměstnávání, tehdy nazývaného Job Club. V roce 1997 se vlastním dočiněním ztratil v bludišti komerční sféry (kde bloudí až dodnes), aby se v roce 2006 alespoň částečně vrátil zpět do Fokusu Praha, kde nejprve řadu let působil jako předseda Rady občanského sdružení a v současné době zastává funkci místopředsedy Správní rady zapsaného ústavu.

## Mgr. ROSTISLAV JAKOUBEK

Vystudoval sociální práci a sociální politiku na univerzitě J. E. Purkyně v Ústí nad Labem a poté fakultu humanitních studií UK obor řízení a supervize v sociálních a zdravotních organizacích. Dva roky pracoval ve Fokusu Praha jako terénní sociální pracovník v týmu bydlení a od roku 2013 je člen rady Fokusu Praha.

## Mgr. ET MGR. TOMÁŠ NIKOLAI Ph.D.

Vedle toho, že je členem rady Fokusu Praha, pracuje jako vedoucí psycholog Neurologické kliniky 1. Lékařské fakulty Univerzity Karlovy (1. LF UK) v Praze. Je klinickým psychologem, který se zabývá zejména neuropsychologií a diagnostikou kognitivních funkcí. Doktorské studium absolvoval v oboru Lékařská psychologie a psychopatologie na 1. LF UK, kde je rovněž školitelem. Ve Fokusu Praha Tomáš Nikolai pracoval jako člen Komunitního týmu Jih, má pracovní zkušenosti rovněž z jiných neziskových organizací (Člověk v tísni) i z privátního sektoru.

## LUCIE VOPÁLENSKÁ

Kromě toho, že je členkou rady Fokusu Praha, pracuje jako redaktorka a moderátorka. Studovala hudbu a teologii. Přes dvacet let působí v Českém rozhlasu. V České televizi připravovala a moderovala diskusní pořady. V roce 1998 získala novinářskou Cenu Ferdinanda Peroutky za pořad Na hraně. Dlouhodobě se zajímá o společenská témata a specificky i o postavení duševně strádajících. “Stát se to může každému – neplatí MY a ONI.”

**VYDAL**

**Fokus Praha**

Dolákova 24/536, 181 00, Praha 8  
[www.fokus-praha.cz](http://www.fokus-praha.cz)

Grafická úprava:  
Pavel Lukáš