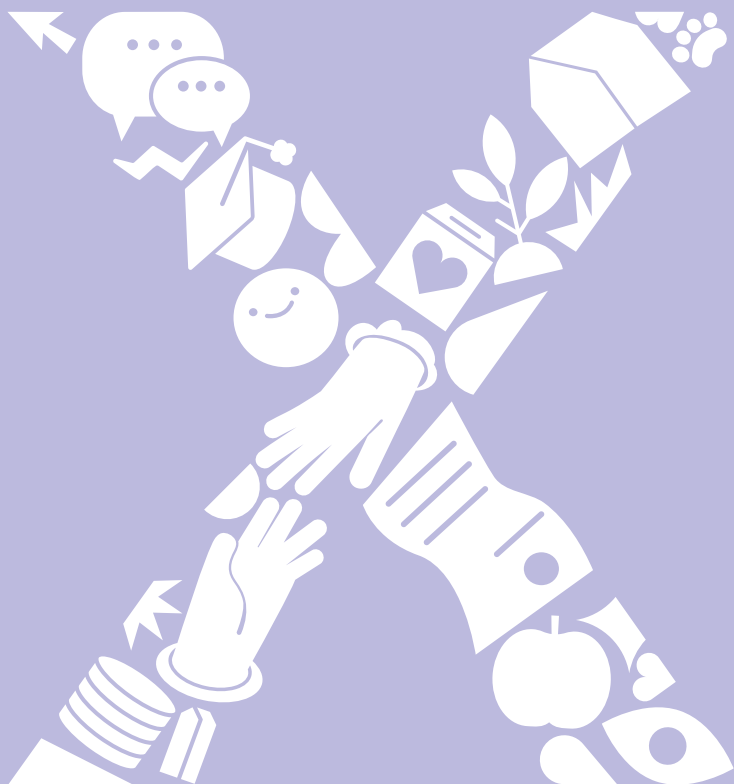


Katalog sociálních a návazných služeb poskytovaných občanům MČ Praha 10

pro rok 2026



X
PRAHA 10

Vážení,

v ruce držíte další vydání Katalogu sociálních a návazných služeb, který jsme pro vás připravili s důrazem na větší přehlednost a praktičnost. Pokračujeme v nastaveném směru – přinášet srozumitelný a uživatelsky přívětivý přehled služeb, které mohou pomoci v různých životních situacích.

Nicméně to podstatné zůstává – prezentace organizací, které poskytují sociální a návazné služby na území (a nejen tam) Prahy 10. Jsou to naši partneři, se kterými v průběhu roku komunikujeme, spolupracujeme a společně utváříme představu o dalším směřování sociálních služeb na Desítkce. Katalog zahrnuje nejen kontakty na poskytovatele služeb, ale také informace o činnosti Odboru sociálního ÚMČ Praha 10, komunitním plánování, preventivních aktivitách zaměřených na děti a mladé lidi, podpoře dobrovolnictví, integraci cizinců, paliativní péči, právním poradenství, nebo třeba o projektu podpory služby tísňové péče pro seniory.

Věříme, že katalog bude užitečným průvodcem pro každého, kdo hledá pomoc – ať už jde o seniory, rodiny s dětmi, osoby se zdravotním postižením, lidi v krizi, nebo odborníky v sociální oblasti. Je určen široké veřejnosti, ale i těm, kteří pomoc zprostředkovávají.

Za každou stránkou tohoto katalogu stojí spolupráce, nasazení a vůle pomáhat. Jsme rádi, že Odbor sociální úřadu desáté městské části může být tím, kdo tuto síť propojuje a podporuje.

Přejeme vše dobré.

— **David Kašpar a Veronika Žolčáková,**
místostarosta MČ Praha 10 a předsedkyně Výboru sociálního a zdravotního



SOCIÁLNÍ PORADENSKÉ CENTRUM

POMŮŽEME

vám zorientovat se v systému sociálních a návazných služeb poskytovaných občanům Desítky.

POSKYTNEME

poradenství a zprostředkujeme další i ve složitějších případech.

NAJDEME

možné druhy pomoci, kterou můžete získat od městské části, kraje či státu.

PORADÍME

vám, kam se obrátit a jaké jsou možnosti řešení složitě osobní, rodinné či bytové situace.

NABÍDNEME

kontakt na sociální pracovníky, bytový odbor, úřad práce, finanční poradenství, právní pomoc nebo občanskoprávní poradnu, prevenci zadlužení a další.

JSME TU PRO VÁS



PŘIJĎTE OSOBNĚ



VOLEJTE



PÍŠTE NA E-MAIL



Městská část Praha 10
Vinohradská 3218/169
pondělí a středa
8:00–12:00 | 13:00–17:00

267 093 513

szp@praha10.cz



Představení činnosti odboru sociálního ÚMČ Praha 10

Vedoucí odboru:

Bc. Pavel Petřík

budova K, 3. NP, kancelář 324

telefon: 267 093 229, e-mail: Pavel.Petrik@praha10.cz

Asistentka vedoucího odboru:

Barbora Košťanová

budova K, 3. NP, kancelář 325

telefon: 267 093 598, e-mail: Barbora.Kostanova@praha10.cz

Pracovníci Odboru sociálního Úřadu městské části Praha 10 vykonávají zejména právními předpisy upravené činnosti sociální práce a s tím související úkony, jejichž smyslem je podpora občanů MČ Praha 10 při řešení krizových situací.

Odbor sociální Úřadu městské části Praha 10 zejména:

- poskytuje sociální poradenství vedoucí k řešení hmotné nouze nebo jejímu předcházení podle zákona č. 111/2006 Sb., o pomoci v hmotné nouzi, ve znění pozdějších předpisů;
- plní úkoly v oblasti sociálně-právní ochrany dětí, kdy zejména zajišťuje ochranu práv a oprávněných zájmů dětí, snaží se o obnovu funkcí rodiny v případech, kdy došlo k jejich narušení a spolupracuje při zabezpečení náhradního rodinného prostředí pro děti, které nemohou být vychovávány ve vlastní rodině, a to především podle zákona č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů;
- poskytuje pomoc a podporu fyzickým osobám v nepříznivé sociální situaci, a to za podmínek, stanovených zákonem č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů.

Činnosti sociální práce realizují v rámci Odboru sociálního sociální pracovníci, kteří musí splňovat zákonem stanovené kvalifikační požadavky.

Odbor sociální Úřadu městské části Praha 10 se skládá ze čtyř oddělení:

- oddělení sociálně právní ochrany dětí a práce s rodinou
- oddělení sociální práce
- oddělení zřízených organizací a zdravotnictví
- oddělení ekonomiky a administrativy

Oddělení sociálně právní ochrany dětí a práce s rodinou

Vedoucí oddělení:

Mgr. Anna Chochulová

budova V, 3. NP, kancelář 312 b

telefon: 267 093 219, e-mail: Anna.Chochulova@praha10.cz

K činnosti oddělení:

a) Sociální pracovnice náhradní rodinné péče:

- v souladu se zákonem č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů, zajišťují všechny činnosti svěřené městské části na úseku sociálně-právní ochrany dětí v oblasti náhradní rodinné péče (osvojení, pěstounská péče, pěstounské péče na dobu přechodnou, poručenská péče, péče fyzické osoby, ústavní péče);
- zajišťují naplňování dohod o výkonu pěstounské péče, na žádost pečujících osob zajišťují služby pro osoby pečující o svěřené děti, poskytují nezbytnou pomoc v zajištění krátkodobé a dlouhodobé odlehčovací péče o svěřené děti a zprostředkování nebo zajišťování vzdělávání pečujících osob, vše podle vyhodnocení situace a individuálního plánu ochrany dítěte;
- ve věcech osvojení a pěstounské péče vyhledávají děti vhodné k osvojení a ke svěřením do pěstounské péče a fyzické osoby vhodné stát se osvojiteli nebo pěstouny a zabezpečují veškeré další činnosti, které na tomto úseku ukládá zákon; vedou příslušnou dokumentaci;
- vyhledávají osoby vhodné stát se osvojiteli nebo pěstouny;
- přijímají žádosti fyzických osob, které mají zájem stát se osvojiteli, pěstouny nebo pěstouny na přechodnou dobu, případně zájemce o hostitelskou péči.

b) Sociální pracovnice referátu pro práci s rodinou a dětmi:

- v souladu se zákonem č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů, řeší komplexně problematiku rodin jak úplných, tak neúplných, snaží se o sanaci rodinného prostředí, o ochranu oprávněných zájmů dětí;

- řeší problematiku týraných, zneužívaných, zanedbávaných dětí a problematiku domácího násilí;
- pravidelně navštěvují děti umístěné v dětských domovech;
- realizují soudem nařízený dohled v rodinách, eventuálně realizují jiná opatření soudů;
- úzce spolupracují s policií, školami, poradnami, pediatri, ostatními lékaři, s neziskovými organizacemi a s úřady.

c) Výkon kolizního opatrovnictví:

- pracovníci oddělení poskytují poradenství v sociálně-právní ochraně dětí, v případě neshod v manželství a partnerství, při problémech po rozvodu a rozchodu, při řešení otázky styku rodičů s dětmi;
- pracovníci oddělení zastupují děti u soudu i před ostatními státními orgány a u notářských řízení ve funkci opatrovníka.

d) Kurátoři pro mládež:

- činnost kurátorů pro mládež je nedílnou součástí sociálně-právní ochrany dětí a sociální prevence;
- kurátor pro mládež pracuje s dětmi a mladistvými, kteří spáchali provinění nebo čin jinak trestný či přestupek a dále s dětmi a mladistvými s poruchami chování závažného rázu a s jejich rodinami;
- působení kurátorů pro mládež vychází zejména ze zákona č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí a ze zákona č. 218/2003 Sb., o odpovědnosti mládeže za protiprávní činy a o soudnictví ve věcech mládeže. Při své práci se řídí i dalšími právními předpisy;
- důležitou součástí práce kurátorů pro mládež je poradenská činnost. Pomáhají rodičům při řešení výchovných nebo jiných problémů souvisejících s péčí o dítě;
- na základě požadavků orgánů činných v trestním řízení a dalších institucí kurátoři pro mládež zjišťují poměry nezletilého i mladistvého;
- kurátoři pro mládež spolupracují zejména se školami, s policií, se soudy, s probační a mediační službou. Pravidelně navštěvují děti ve výchovných ústavech a v dětských domovech se školou, realizují soudem nařízený dohled nad výchovou.

Oddělení sociální práce

Vedoucí oddělení:

Bc. Linda Zákorová

budova V, 3. NP, kancelář 318 b

telefon: 267 093 226, e-mail: Linda.Zakorova@praha10.cz

K činnosti oddělení:

Sociální pracovníci oddělení poskytují podporu a pomoc jednotlivcům, rodinám a komunitám v obtížných životních situacích. Provádějí sociální šetření, poskytují základní i odborné poradenství, pomáhají zprostředkovat sociální služby, spolupracují s dalšími institucemi, zplnomocňují klienta k řešení nepříznivých sociálních situací a v případě potřeby zajišťují podporu. Klíčové dovednosti pracovníků zahrnují empatii, komunikační schopnosti, schopnost řešit problémy a znalost zákonů týkajících se sociální oblasti a dalších. Sociální pracovníci společně s klienty a dalšími subjekty pracují na tom, aby se klienti dokázali zapojit zpět do běžného života společnosti. Hledají a podílí se na vytváření vhodných a příznivých podmínek k životu klientů v jejich přirozeném prostředí. Při výkonu činností sociální práce je pracovník vázán zákonnou povinností mlčenlivosti.

Pracovníci oddělení dále zajišťují vydávání parkovacích průkazů vozidel přepravujících osoby s těžkým zdravotním postižením a rozhodují o ustanovení zvláštního příjemce dávek důchodového pojištění, včetně sociálního šetření a následné kontroly hospodaření s důchodem oprávněné osoby.

V oddělení působí i sociální kurátoři, kteří poskytují pomoc osobám ohroženým sociálním vyloučením a osobám sociálně vyloučeným, včetně osob ve výkonu trestu odnětí svobody a ve výkonu vazby.

Vedoucí oddělení koordinuje proces komunitního plánování sociálních a návazných služeb na území MČ Praha 10.

Pracovníci oddělení též zajišťují činnosti Sociálního poradenského centra, kdy občanům MČ Praha 10 v rámci Sociálního poradenského centra poskytují základní poradenskou činnost při řešení jejich problémů. Sociální poradenské centrum funguje jako navigační bod pro všechny, kteří si se svou záležitostí neví rady. Pracovníci Sociálního poradenského centra pomohou nasměrovat na konkrétní službu nebo na sociální pracovníky.

V rámci činnosti oddělení sociální práce je občanům MČ Praha 10 rovněž poskytována podpora ze strany sociálního pracovníka – poradce pro nájemníky. Poradce pro nájemníky je klíčovou osobou pro všechny občany MČ Praha 10, kteří se dostanou do tíživé situace spojené s bydlením. Poradce poskytuje odborné sociální poradenství nejen o oblasti sociálních nepojistných dávek určených k bydlení, ale také o možnostech další pomoci skrze organizace, které se zabývají dluhovou problematikou nebo o možnostech získání sociálního bydlení.

Oddělení sociální práce se v souvislosti se svým zaměřením věnuje také sekundární a terciární prevenci nežádoucích sociálních jevů. Spolupracuje například s terénními službami pro osoby bez přístřeší nebo se službami, které cílí na skupinu osob závislých na nelegálních návykových látkách, včetně služeb, které provádějí výměnu a sběr injekčního materiálu.

Oddělení zřízených organizací a zdravotnictví

Vedoucí oddělení:

Mgr. Petra Hynčicová

budova K, 3. NP, kancelář 322

telefon: 267 093 581, e-mail: Petra.Hyncicova@praha10.cz

K činnosti oddělení:

Pracovnice oddělení zabezpečují organizační, metodické a ekonomické činnosti, které se týkají příspěvkových organizací Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci v Praze 10, p. o. a Léčebny dlouhodobě nemocných Vršovice, p. o.

Činnost pracovníků oddělení ve vztahu k výše uvedeným příspěvkovým organizacím městské části Praha 10 spočívá ve výkonu zřizovatelské funkce vůči uvedeným organizacím a ve vzájemné spolupráci s nimi v oblasti sociální práce a zvyšování kvality sociálních a zdravotních služeb. Pracovnice oddělení spolupracují při vytyčení dlouhodobých cílů a priorit uvedených organizací, koordinují činnosti organizací v souladu s potřebami městské části. Pomáhají s propagací služeb uvedených organizací, kdy zejména informují veřejnost o jejich dostupných službách. Tato spolupráce má za cíl zajistit efektivní poskytování sociálních a zdravotních služeb obyvatelům městské části, optimalizovat využití zdrojů a zajistit kontinuitu a kvalitu péče.

V rámci samostatné působnosti městské části Praha 10 pracovníci oddělení dále spolupracují při vyřizování žádostí o přidělení bytů zvláštního určení a při poskytování finančních darů pro uživatele sociální služby tísňové péče.

Pracovnice oddělení se dlouhodobě zabývají systémem paliativní péče a spolupracují s odbornými organizacemi v této oblasti. V rámci Dotačního programu městské části Praha 10 pro oblast paliativní péče, určeného na podporu pacientů z městské části Praha 10, spolupracují při vyřizování žádostí o dotace poskytovatelů terénní a lůžkové hospicové péče.

Pracovnice oddělení organizačně zajišťují slavnostní předávání Janského plakety a dalších ocenění pro bezpříspěvkové dárce krve ve spolupráci s Českým červeným křížem.

V rámci přenesené působnosti městské části Praha 10 vykonávají pracovníci oddělení agendu pohřbů sjednaných obcí dle ustanovení zákona č. 256/2001 Sb., o pohřebnictví, ve znění pozdějších předpisů.

Oddělení ekonomiky a administrativy

Vedoucí oddělení:

Mgr. Monika Srncová

budova K, 3. NP, kancelář 325

telefon: 267 093 596, e-mail: Monika.Srncova@praha10.cz

K činnosti oddělení:

Pracovnice oddělení zabezpečují ekonomické a administrativní činnosti k agendám Odboru sociálního. Přípravují návrh rozpočtu odvětví Sociální věci k projednání volenými orgány MČ Praha 10, podílejí se na zpracování žádostí o dotace k agendám odboru a na jejich vyúčtování, sledují čerpání schváleného rozpočtu v rámci odvětví Sociální věci a v návaznosti na čerpání rozpočtu připravují pro volené orgány podklady k případným úpravám tohoto rozpočtu. Spolupracují na ekonomické stránce všech realizovaných projektů v rámci agend Odboru sociálního. Realizují administrativní a organizační činnosti sekretariátu odboru sociálního, poskytují občanům informace o činnosti odboru. Spolupracují na aktualizaci webových stránek MČ v části věnované činností Odboru sociálního a projektům MČ v sociální oblasti. Podílejí se na přípravě tiskovin k činnosti Odboru sociálního.



OBLAST 1

**Aktivity MČ Praha 10
v sociální oblasti**

Komunitní plánování sociálních a návazných služeb

Městská část Praha 10 se věnuje komunitnímu plánování již od roku 2004. Zejména díky tomuto procesu má městská část pro své občany vytvořenu rozsáhlou síť sociálních a návazných služeb a pracuje na dalším rozšiřování. Proces je otevřený všem. Představitelé městské části zajímají názory občanů a problémy, se kterými se potýkají. Potřeby občanů a jejich zkušenosti se sociálními a návaznými službami patří k nejdůležitějším podkladům pro tvorbu sociální politiky na území městské části Prahy 10.

V současné době jsou vytvořeny čtyři pracovní skupiny (senioři, rodina, děti a mládež, osoby se zdravotním postižením a osoby ohrožené sociálním vyloučením), které se pravidelně scházejí, a to ve složení občanů Prahy 10, zástupců městské části Prahy 10 a poskytovatelů sociálních a návazných služeb. Termíny jsou vždy uvedeny na webových stránkách úřadu.

Více informací o procesu komunitního plánování sociálních a návazných služeb a též o možnosti se osobně zapojit získáte na Odboru sociálním Úřadu MČ Praha 10 – Bc. Linda Zákorová, koordinátorka komunitního plánování sociálních a návazných služeb, telefon 267 093 226, e-mail: Linda.Zakorova@praha10.cz



Pojízdný úřad

Službu mohou využít občané nad 75 let věku. Je poskytována pouze v územním obvodu městské části Prahy 10. Na základě objednávky služby „Pojízdného úřadu“ jsou v domluveném termínu vysíláni zaměstnanci úřadu ke klientovi domů, popř. do zdravotnického zařízení, kde s nimi jeho úřední záležitost vyřídí.

Co lze touto službou zařídit?

Občanský průkaz, ověřování

- vyřízení žádosti o občanský průkaz
- doručení občanského průkazu
- ověření podpisu

Kontaktní osoby:

- Markéta Eckhardtová, tel.: 267 093 621 (ověřování),
e-mail: Marketa.Eckhardtova@praha10.cz
- Mgr. Michaela Trávníčková, 267 093 418 (občanské průkazy),
e-mail: Michaela.Travnickova@praha10.cz
- Bc. Helena Dvořáková, tel.: 267 093 624 (občanské průkazy),
e-mail: Helena.Dvorakova@praha10.cz



Dopravní agenda

- podání žádosti o invalidní vyhrazené stání (+ pomoc s výběrem vhodného místa)
- pomoc s vyplněním žádosti o uzavření výpůjční smlouvy s Technickou správou komunikací hl. m. Prahy
- doručení vydaného rozhodnutí, na vyžádání
- dočasné zakrytí značky v době nepřítomnosti vozidla, na vyžádání

Kontaktní osoby:

- Martin Kunc, tel. 267 093 460, e-mail: Martin.Kunc@praha10.cz

Prevence nežádoucích sociálních jevů

Městská část Praha 10 se dlouhodobě zaměřuje na prevenci nežádoucích sociálních jevů, a to především aktivitami v oblastech prevence rizikového chování dětí a mládeže, prevence důsledků sociálního vyloučení, prevence kriminality a protidrogové prevence.

V rámci **preventivních aktivit zaměřených na děti a mládež** městská část podporuje fungování terénních sociálních služeb, jejichž cílovou skupinou jsou děti a mládež ve věku 6–26 let, kteří tráví svůj volný čas převážně neorganizovaně venku (v ulicích, v nákupních centrech apod.), vyrůstají v nepříznivých podmínkách a jejich trávení volného času může vést k rizikovým způsobům jednání (záškoláctví, drobná kriminální činnost, experimentování s návykovými látkami apod.). Smyslem terénní práce je předcházet rizikovému chování dětí a mládeže a nabídnout pozitivní alternativu trávení volného času s využitím metod zážitkové pedagogiky, a tím předcházet vzniku a rozvoji rizikového chování. Na práci terénního programu navazují street akce, které nabízí další možnosti práce s dětmi a mládeží. Kromě terénní práce a pravidelných street akcí je každý rok pořádán i resocializační pobyt primárně pro klienty a klientky kurátorů pro mládež. V roce 2021 bylo ve Vršovicích otevřeno nízkoprahové zařízení pro děti a mládež a tím se rozšířily preventivní aktivity a možnosti spolupráce s cílovou skupinou.

Za důležitou oblast prevence považuje městská část také **prevenci sociálního vyloučení**. Součástí tohoto tématu je problematika bezdomovectví. Smyslem aktivit v této oblasti je základní pomoc osobám ohroženým sociálním vyloučením z důvodu ztráty bydlení, a tím i ochrana veřejnosti před sociálně patologickými jevy, které jsou s bezdomovectvím spojeny. Součástí prevence je jak spolupráce s Městskou policií, tak s organizacemi, které poskytují sociální pomoc a působí v oblasti snižování rizik spojených s bezdomovectvím. MČ Praha 10 dlouhodobě v rámci dotačního řízení podporuje terénní sociální práci s osobami bez přístřeší. Vedle sociálního poradenství, materiální pomoci nebo základního ošetření přímo v terénu je osobám bez přístřeší nabízeno i propojení s návaznými službami.

V rámci **protidrogové prevence** MČ Praha 10 podporuje služby formou dotačního řízení. Zejména se jedná o terénní program pro uživatele návykových látek. Tento program mírní škody (především zdravotní), které závislost na návykových látkách způsobuje. Smyslem programu je poskytovat sociální poradenství, motivovat uživatele k pozitivním změnám v životním stylu a předcházet zdravotním komplikacím uživatelů návykových látek. Za zmínku stojí i program Fixpoint, který spočívá v instalaci speciálních bezpečnostních kontejnerů určených k bezpečné likvidaci injekčního materiálu v lokalitách zatížených injekčním užíváním drog. Na území desáté městské části jsou umístěny tři kontejnery – místo v blízkosti KD Eden, podchod u metra Strašnická a park na náměstí Svatopluka Čecha. Kontejnery Fixpoint určené k bezpečné likvidaci injekčních stříkaček, mohou využít nejen uživatelé návykových látek, ale také pacienti, kteří jsou nuceni k aplikaci léku použít injekční stříkačku včetně inzulinového pera, nebo třeba tatěři. Tento nebezpečný odpad by totiž v žádném případě neměl končit v komunálním odpadu. Další podporované služby se mimo jiné zaměřují i na podporu rodin uživatelů návykových látek.

Více informací získáte na odboru sociálním, oddělení sociální práce – tel. 267 093 293, szp@praha10.cz.

Veletrh sociálních a návazných služeb

Veletrh sociálních a návazných služeb se stal již od roku 2012 stálící v kalendáři akcí městské části Prahy 10. Jedná se o skvělou příležitost, jak lze předat na jednom místě co nejvíce informací, a navíc dát občanům možnost seznámit se s činností poskytovatelů sociálních a návazných služeb. O své činnosti a možnostech pomoci na místě informují i pracovníci odboru sociálního.

Letošní Veletrh se podruhé konal u stanice metra Strašnická a těšil se rekordní účasti jak ze strany občanů, tak i poskytovatelů, lze jej opět vyhodnotit jako velmi úspěšný (i přes nepřízeň počasí). A již nyní se těšíme na další ročník.

Více informací získáte na odboru sociálním Úřadu MČ Praha 10 – Bc. Linda Zákorová, koordinátorka komunitního plánování sociálních služeb a návazných služeb – telefon 267 093 226.



Oceňování dárců krve

Městská část Praha 10 společně s Českým červeným křížem organizuje dvakrát do roka výjimečnou událost na počest dobrovolných dárců krve. Toto slavnostní setkání je příležitostí vyjádřit vděk těm, kteří nezištně darují svou krev pro záchranu životů druhých. Během této akce jsou dárcům předávána prestižní ocenění Českého červeného kříže, doplněná o dárkové předměty jako projev uznání MČ Praha 10 za jejich šlechetnost. Udělením Janského plakety jsou oceněni dárči krve, kteří dosáhli určitého počtu bezplatných odběrů krve. Atmosféru události dokresluje kulturní program, který zpravidla zajišťují děti ze základních škol Prahy 10. Celou akci svojí přítomností zaštiťují představitelé městské části Praha 10 a zástupci Českého červeného kříže.



Poděkování dobrovolníkům v sociální oblasti

Poděkování dobrovolníkům za jejich činnost v sociální oblasti pořádá městská část Praha 10 od roku 2013, a to se záměrem ocenit dobrovolnickou činnost v sociální oblasti. Podpora činnosti dobrovolníků v oblasti sociálních a návazných služeb je jedním z pilířů komunitního plánování sociálních a návazných služeb a v jeho rámci se také každoročně akce uskutečňují.

Pro dobrovolníky jsou každoročně připraveny drobné dárky, občerstvení a doprovodný hudební program. Vzhledem k tomu, že v dobrovolnické činnosti působí lidé různého věku, je zajištěno pro dobrovolníky – rodiče i hlídání dětí ve výtvarném koutku.

Více informací získáte na odboru sociálním Úřadu MČ Praha 10 – Bc. Linda Zákorová, koordinátorka komunitního plánování sociálních služeb a návazných služeb – tel. 267 093 226, e-mail: Linda.Zakorova@praha10.cz



Integrace cizinců

Městská část Praha 10 podporuje integraci cizinců, kterých je podle nejnovějších výzkumů na našem území až 30 %. Integrace cizinců na Praze 10 je součástí existujících služeb, zejména v oblasti sociální a rodinné politiky, vzdělávání a dalších forem začleňování cizinců do místních komunit, pracovních příležitostí a občanského života. Informace o konkrétních situacích poskytuje Centrum sociální podpory v přízemí radnice.

Díky podpoře Magistrátu hlavního města Prahy a Ministerstva vnitra ČR mohou cizinci na Praze 10 využívat služeb organizací jako Petrklíč, K2, MANA, Jablíčkov, Barevný svět a Bohemia Institut. Tuto agendu má na starosti Oddělení strategického rozvoje a participace (OSRP) Více na webových stránkách www.strategieprodesitku.cz

Praha 10 zřídila na svém webu podstránku www.praha10.cz/integrace a spravuje facebookovou skupinu Cizinci na Praze 10, kde mohou partneři komunikovat s cílovou skupinou o změnách zákonů, aktualitách a možnostech podpory.



Poradce pro nájemníky

Od konce roku 2020 spolupracovala Městská část Praha 10 na projektu Magistrátu hlavního města Prahy na podporu sociálního bydlení, ve kterém v roce 2021 byla obsazena pozice referenta na podporu nájemních vztahů – poradce pro nájemníky. Od skončení projektu v červnu 2023 je tato pozice včleněna do Odboru sociálního, do Oddělení sociální práce.

Poradce pro nájemníky je klíčovou osobou pro všechny občany Prahy 10, kteří se dostanou do tíživé situace spojené s bydlením. Poradce poskytuje odborné sociální poradenství nejen v oblasti sociálních nepojistných dávek určených k bydlení, ale také o možnostech další pomoci skrze organizace, které se zabývají dluhovou problematikou nebo o možnostech získání sociálního bydlení. Poradce pro nájemníky se také podílí na řešení stížností v bytech, komunikuje se sousedy a hledá optimální řešení dané situace. V neposlední řadě pak také zprostředkovává pomoc zabýdlující organizace v případě přidělení obecního nájemního bytu, která pak zajistí celý proces spojený s bydlením.

Více informací získáte u poradce pro nájemníky: Mgr. Alvin Hofmann, DiS., 267 093 213, alvin.hofmann@praha10.cz.



Seniorská obálka

Městská část Praha 10 se zapojila do projektu „Seniorská obálka“, což je označení pro I.C.E. kartu (In Case of Emergency, z anglického „použit v případě nouze“). Kartička usnadňuje pomoc v případě ohrožení zdraví nebo života.

Uživatel, nejčastěji senior, do ní vyplňuje údaje o nemocech, jimiž trpí, a lécích, které užívá. Uvede také kontakty na blízké osoby a praktického lékaře. Karta se základním přehledem o uživateli potom přispívá k lepšímu informování a efektivnějšímu zásahu jednotek zdravotníků, hasičů či policie v situaci, pokud by se uživatel karty ocitl v tísni a nebyl by schopen se záchranáři spolupracovat.

I.C.E. karta má obvykle standardní velikost A4.

Vyplněný tiskopis v tomto formátu by měl být

umístěn na viditelném místě v bytě, zpravidla buď na vnitřní straně vchodových dveří, nebo na dveřích lednice. K dispozici je rovněž karta tzv. MINI, což je přeložený formát A6 (viz obrázek). Tento menší tiskopis se vejde do kapsy a uživatelé ho nosí vyplněný u sebe, například v peněžence.

I.C.E. KARTA
!!! V PŘÍPADĚ NALÉHAVÉ POMOCI !!!

JMÉNO, PŘÍJMENÍ (příjmení)		DATUM NAROZENÍ	
JINÉ DŮLEŽITÉ (alergie, diabetus, epilepsie, potíže s chůzí a jízdu...)		ZEM. POJISTOVNA	
OMEZENÍ (zdravotnické)	☐ ☒ ☐ ☐ ☐ ☐	DATUM VYPLNĚNÍ	
ÚDAJE O BLÍZKÉ OSOBĚ (jméno, Jan, Novák, 1234)		MOBIL	
KONTAKT PŘÍPADNĚ RAZÍTKO PRAKTICKÉHO LÉKAŘE			

Karta seniora Prahy 10

Městská část Praha 10 od ledna 2025 spustila nový projekt „Karta seniora Prahy 10“, jehož záměrem je obohatit seniorům Desítky jejich volný čas a podpořit aktivní životní styl. Občané Prahy 10 starší 60 let se tak mohou těšit na novou škálu výhod a zajímavých akcí.

Držitelé „Karty seniora Prahy 10“ získají hned několik benefitů. V první řadě se můžou těšit na výhody (slevy, služby, produkty) u zapojených partnerů, tedy podniků a organizací na Praze 10. Jejich seznam se bude postupem času rozšiřovat a cílit bude na různé oblasti od gastronomie, služeb, kultury, sportu až po spotřební obchody. S Kartou seniora Prahy 10 se lidé dostanou výhodněji na kulturní i sportovní akce, stejně jako získají rozmanité slevy nebo benefity při nákupu služeb a zboží u partnerů projektu.

Současně budou registrovaní lidé dostávat pravidelné informace o akcích pro seniory pořádaných městskou částí. Praha 10 tím vytváří bohatý a různorodý program pro seniory tak, aby jim nabídla nejen slevy a výhody, ale především prostor pro setkávání. Projekt má za cíl rovněž podpořit zdravý životní styl a sociální interakci prostřednictvím vzdělávacích programů a společných aktivit.

Více informací o projektu Karta seniora Prahy 10, termíny registrace, program Trmalovy vily a seznam partnerů je uveden na webových stránkách www.praha10.cz/kartaseniора, v Trmalově vile nebo na nástěnkách v Informační kanceláři MČ Praha 10.

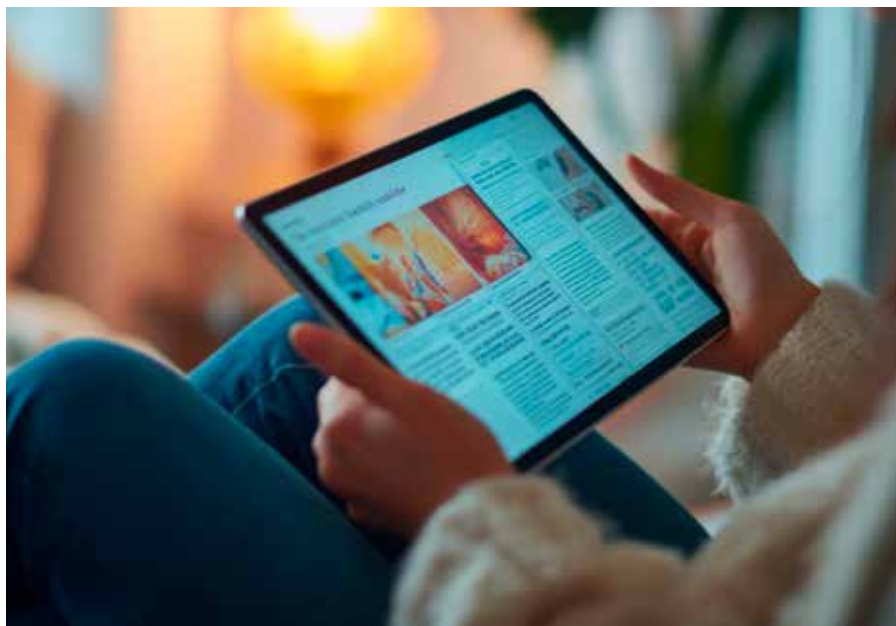


Prezentace sociální práce

Potřeba vytvoření projektu Zviditelnění sociální práce a osvěta směrem k veřejnosti vychází především ze společného setkání pracovních skupin Komunitního plánování sociálních služeb na Praze 10 z prosince 2023. Tehdy se mnozí přítomní z řad poskytovatelů sociálních služeb a pracovníků a pracovnic Odboru sociálního ÚMČ Praha 10 shodli na tom, že se při výkonu své profese setkávají s řadou představ a mýtů, které má široká veřejnost o sociální práci nebo o klientech a klientkách sociálních služeb.

V rámci projektu odstartovala v dubnu roku 2024 série článků, na kterých se pracovnice a pracovníci Odboru sociálního snaží přiblížit svou práci a také ukázat, s jakými záležitostmi se na ně veřejnost může obrátit. Články jsou ilustrativní a zjednodušeně popisují různé životní situace a způsoby řešení a pomoci ze strany Odboru sociálního nebo dalších poskytovatelů sociálních služeb. V rámci projektu se kromě článků budou realizovat i další aktivity zaměřující se na veřejnost s jednoduchým poselstvím, že se do složité životní situace může dostat úplně každý, ale důležité je nebát se říct si o pomoc.

Více informací můžete získat v oddělení sociální práce Ing. Lucie Tiefenbach, 267 093 293, lucie.tiefenbach@praha10.cz



OBLAST 2

**Podpora občanů
MČ Praha 10**

Podpora dětí z MČ Praha 10 s těžkým zdravotním postižením

Městská část Praha 10 již řadu let finančně podporuje děti s těžkým zdravotním postižením a jejich rodiny. Finanční podpora je určena dětem, které jsou držiteli platného průkazu osoby se zdravotním postižením ZTP/P, plní školní docházku denní formou a mají trvalé bydliště na území městské části.



Finanční podpora má podobu účelové dotace a její výše závisí na tom, zda je škola dítětem navštěvovaná zřizována jako škola se specializací na vzdělávání dětí se zdravotním postižením, nebo nikoliv. Termíny pro podání žádosti jsou zpravidla otevřené vždy po skončení školního pololetí, aby tak dotace mohla alespoň částečně kompenzovat náklady spojené se školní docházkou. Podrobné informace k dotačnímu programu, včetně formuláře žádosti o dotaci, je možné nalézt na webu MČ www.praha10.cz v nabídce městská část – finance – dotace.

Více informací získáte na odboru sociálním Úřadu MČ Praha 10 – tel. 267 093 562, 267 093 596

Podpora uživatelů sociální služby tísňová péče

Od roku 2014 podporuje MČ Praha 10 své občany prostřednictvím finančního daru, který snižuje náklady spojené s využíváním služby tísňové péče. Tísňová péče je terénní služba, která monitoruje uživatele služby a v krizové situaci zprostředkuje neodkladnou pomoc. Tato služba je určena seniorům a osobám se zdravotním postižením, kteří jsou v důsledku snížení své soběstačnosti vystaveni stálému a vysokému riziku ohrožení zdraví nebo života. Finanční podpora je cílena především na osamocené žijící osoby s trvalým bydlištěm na území MČ Prahy 10, kteří vzhledem ke svému vysokému věku nebo zdravotnímu omezení využívají služeb tísňové péče. Umožňuje jim žít samostatně ve svých domovech s vědomím, že pomoc je vždy na blízku.



Více informací získáte na odboru sociálním Úřadu MČ Praha 10, na oddělení zřízených organizací a zdravotnictví, tel. čísla: 267 093 481 nebo 267 093 581.

Dotační program MČ Praha 10 pro oblast paliativní péče

Dotační program paliativní péče představuje program, který odráží zájem MČ Prahy 10 o podporu občanů v jejich nejtěžších chvílích. Program nabízí systém pomoci nevyléčitelně nemocným a umírajícím. Je určen nejen pro občany Prahy 10, ale také pro poskytovatele zdravotních služeb, kteří zajišťují paliativní péči v domácím prostředí či lůžkových hospicích. Dotační program byl schválen usnesením Rady MČ Praha 10 v říjnu 2017. O dotaci mohou žádat jen poskytovatelé paliativní a hospicové péče, kteří svým pacien-

tům poskytují slevu ze svých služeb. Maximální doba podpory pro jednoho pacienta je stanovena na 60 kalendářních dnů. Tento přístup zajišťuje pacientům důstojnou a kvalitní péči v závěrečné fázi života, zatímco poskytovatelům umožní nabízet své služby s menší finanční zátěží. Více informací získáte na odboru sociálním Úřadu MČ Praha 10, na oddělení zřízených organizací a zdravotnictví, tel. čísla: 267 093 581. Přesné znění podmínek dotačního programu naleznete na webových stránkách MČ Praha 10 v sekci granty a dotace.

Bezplatné právní poradenství a mediace

Městská část Praha 10 již od roku 2014 zajišťuje pro své občany, kteří jsou klienty odboru sociálního bezplatné služby právního poradenství a mediace. Potřeba obou služeb vzešla z procesu komunitního plánování sociálních a návazných služeb.

Občané Prahy 10 mohou kontaktovat pracovníky odboru sociálního Úřadu MČ Praha 10, kteří jim buď sami pomohou, nebo zprostředkují konzultaci právníka či službu mediátora. Může se jednat o problematiku např. finanční (exekuce, oddlužení apod.), bytovou, rodinnou.



Informace k právnímu poradenství vám poskytne:

Bc. Linda Zákorová, vedoucí oddělení sociální práce odboru sociálního Úřadu MČ Praha 10, tel. 267 093 226
e-mail: Linda.Zakorova@praha10.cz

Informace k mediaci poskytne:

Mgr. Anna Chochulová, vedoucí oddělení sociálně-právní ochrany dětí a práce s rodinou odboru sociálního Úřadu MČ Praha 10, tel. 267 093 219
e-mail: Anna.Chochulova@praha10.cz

Dluhové poradenství

Městská část Praha 10 se stále snaží zlepšovat služby pro své občany, a to i v sociální oblasti.

Je si vědoma, že pokud se do složité finanční situace někdo dostane a včas ji neřeší, může to pro něj znamenat závažné komplikace do budoucna. Právě včasné řešení tomu může předejít. Proto je od září 2025 pro klienty odboru sociálního v rámci pilotního projektu zajištěno bezplatné dluhové poradenství. Odborník klientům poskytne návrhy možných řešení situace jako je např. splácení dluhů, zastavení exekuce, insolvenční řízení. Dále nabídne pomoc s přípravou písemných podání nebo návrhů, pomoc a podporu při jednání s třetími osobami (věřitelé, soudy, exekutoři), a to vše vždy dle individuální situace každého klienta.

Více informací poskytne Ing. Lucie Tiefenbach, vedoucí referátu sociální práce Odboru sociálního ÚMČ Praha 10 (tel.: 267 093 293, e-mail: lucie.tiefenbach@praha10.cz).



OBLAST 3

**Příspěvkové organizace
v sociální a zdravotní oblasti**

Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci v Praze 10, p. o.

Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci v Praze 10 se sídlem Sámova 7 je příspěvkovou organizací zřízenou Městskou částí Praha 10 s širokým okruhem činností. Hlavním posláním a účelem organizace je poskytovat kvalitní podporu a pomoc občanům, kteří mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního omezení, a jsou odkázáni na pomoc jiné osoby.



Sociální služby poskytuje formou pobytovou, terénní a ambulantní na základě registrace dle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. Na základě oprávnění k poskytování zdravotních služeb dle zákona č. 372/2011 Sb., o zdravotních službách poskytuje domácí zdravotní péči.

Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci v Praze 10 poskytuje tyto činnosti:

Terénní služby:

Pečovatelská služba – pomáhá klientům s osobní hygienou, zajištěním chodu domácnosti, donáškou jídla, pochůzkami, nákupy apod. Je poskytována 7 dní v týdnu v čase od 7:00 do 20:00 hodin.

Domácí zdravotní péče – poskytuje zdarma zdravotní péči předepsanou praktickým nebo ošetrojícím lékařem v domácím prostředí (komplexní péče o nepohyblivého pacienta, ošetrování proleženin, podání a aplikace léků, měření fyziologických funkcí apod.).

Pobytové služby:

Domovy pro seniory – pobytová služba poskytovaná celoročně seniorům, kteří potřebují pravidelnou každodenní pomoc druhé osoby z důvodu snížené soběstačnosti a nemohou nadále zůstat v domácím prostředí.

Domovy se zvláštním režimem – pobytová služba poskytovaná celoročně osobám se specifickými potřebami vyplývajícími z jejich onemocnění (osoby s Alzheimerovou chorobou a jinými typy demencí), jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc druhé osoby a nemohou nadále zůstat v domácím prostředí.

Odlehčovací služby – pobytová služba poskytovaná osobám, o které je jinak pečováno v domácím prostředí. Cílem této služby je umožnit pečující osobě nezbytný odpočinek.

Ostatní služby:

Domy s byty zvláštního určení – jsou nájemní byty určené seniorům a osobám se zdravotním postižením, kteří již nejsou zcela soběstační a potřebují pomoc druhé osoby. Obyvatelům je poskytována pečovatelská služba a domácí zdravotní péče.

Kluby seniorů – jsou určeny pro aktivní využití volného času seniorů Prahy 10. Pro návštěvníky klubů jsou pořádány jednodenní i pobytové zájezdy, přednášky a besedy, tematické vycházky, zájmové kroužky atd.

Půjčovna kompenzačních pomůcek – nabízí širokou škálu pomůcek (mechanické vozíky, chodítka, polohovací postele, matrace, klozetová křesla, sprchové židle, hole, berle apod.), které zjednoduší a zlepší život seniorovi nebo osobě se zdravotním postižením. Současně zajistí pečující osobě manipulaci a pomoc při zajištění péče. Pomůcky je možné zapůjčit na základě uzavřené nájemní smlouvy.

Dětské skupiny v Praze 10 – jsou určeny pro děti od jednoho roku do tří let. Kvalifikovaný personál se zaměřuje na péči o všestranný rozvoj dítěte s ohledem na jeho individuální schopnosti a potřeby.

Veřejní opatrovníci – se starají o záležitosti osob omezených ve svéprávnosti, a to v rozsahu stanoveném příslušným obvodním soudem. Zabývají se rovněž poradenstvím v této oblasti.

Kontaktní údaje naleznete na str. 58 tohoto katalogu

Léčebna dlouhodobě nemocných Vršovice

Léčebna dlouhodobě nemocných Vršovice je příspěvková organizace zřízená městskou částí Praha 10. Léčebna zajišťuje dlouhodobou ošetrovatelskou péči o chronicky nemocné pacienty a současně nabízí rozšířenou rehabilitaci zaměřenou na včasnou mobilizaci a aktivizaci pacientů s kardiovaskulárními onemocněními nebo po úrazech či operacích. V rámci celkové rehabilitace jsou klienti zapojováni do ergoterapie, fyzioterapie, skupinové i individuální logopedie a canisterapie, o kterou je mezi pacienty velký zájem. Neméně důležité jsou i masáže poskytované odborně školenými maséry.

Léčebna Vršovice nabízí v současné době pobyty na standardních pokojích i v pokojích s nadstandardním vybavením, kde mají pacienti ve většině případů k dispozici vlastní sociální zázemí, televizi a ledničku. Samozřejmostí je možnost vysokorychlostního připojení k internetu. V březnu a srpnu 2025 bylo všech 74 nemocničních lůžek vyměněno za nová – Essenza 300 LT společnosti Linet. Rovněž byly vyměněny všechny patientské stolky..



Pro zlepšení celkové pohody všech klientů i jejich návštěv byla na přiléhajících pozemcích ve vnitrobloku upravena zahrada, kde jsou pravidelně pořádány kulturní akce. Pro umocnění příjemných pocitů při skupinových setkáních slouží klientům reminiscenční místnost vybavená dobovými dekoracemi. Díky těmto dekoracím si pacienti mohou oživit vzpomínky na dobu minulou.

Vyšetření v jiných zdravotnických zařízeních zpřijemňuje i urychluje vlastní sanitní vůz, který je používán i k překládům pacientů.

V prosinci 2016 byla po adaptaci dosud nevyužívaných prostor v 1. mezipatře dvorního traktu otevřena masérna, dílna pro ergo a arteterapii, muzikoterapii i logopedii a také velká multifunkční místnost. Ta na rozloze 95 metrů čtverečních nabízí možnosti pro cvičení, fyzioterapie, ale také pro konání přednášek nebo školení.

V přízemí a suterénu léčebny jsou v provozu ambulance specialistů v oborech: vnitřní lékařství, kardiologie, FBLR, chirurgie, urologie a ortopedie. Ke zvýšení kvality a efektivity poskytovaných služeb bylo zřízeno i radiodiagnostické oddělení. V objektu Léčebny je pacientům k dispozici samostatné oddělení následné rehabilitační péče. Tyto služby provozuje Nemocnice Vršovice a.s.

Více informací získáte na tel. čísle 271 008 700, 246 009 112. (viz. str 91),
<https://www.pentahospitals.cz/nemocnice-vrsovice/>

OBLAST 4

**Návazné akce realizované
ÚMČ Praha 10**

MČ Praha 10 prostřednictvím dalších odborů ÚMČ Praha 10 (zejména se jedná o odbor kultury a projektů) realizuje další akce pro občany MČ Praha 10. Především se jedná o Volbu Dobrovolníka roku (MČ Praha 10 chce touto anketou vyjádřit svůj respekt k práci všech, kteří věnují svůj čas, energii, znalosti či dovednosti druhým spoluobčanům bez nároku na odměnu a ocenit podle svých možností každoročně několik dobrovolníků, jejichž činnost si v předchozím roce zasloužila nejvyššího uznání). Dalšími významnými aktivitami, o které mají občané velký zájem jsou např. Nordic Walking, rehabilitační cvičení pro seniory, plavání pro seniory, kurzy trénování paměti pro seniory, počítačové kurzy pro seniory a kurzy „Jak pracovat s chytrým telefonem“.



Přehled poskytovatelů dle životních situací

Životní situace, ve kterých se můžete nacházet a kdo vám s nimi pomůže



Bydlení



Nevíte, kudy kam a řešíte problémy s bydlením? Přišli jste o byt, nebo dům a nemáte z čeho platit nájem? Nabalují se další problémy? Bezplatně a ochotně vám pomůže nebo poradí:

Armáda spásy v České republice, z. s. Domov Přístav Praha	55
Barevný svět dětí, z. s.	56
Buči – Praha 10 z. s.	56
Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci v Praze 10, p. o.	58
Centrum sociálních služeb Praha	58
Česká unie neslyšících, z. ú.	60
Člověk v tísni o. p. s.	61
Dílny tvořivosti, o. p. s.	64
Domov pro seniory Malešice	64
ESET-HELP, z. s.	67
Farní charita Praha 1 – Nové Město	67
Fokus Praha, z. ú.	68
Integrační centrum Praha	73
Komunitní centrum Petrkův, z. s.	75
Maltézská pomoc, o. p. s.	77
NADĚJE	78
POHODA – společnost pro normální život lidí s postižením, z. ú.	81
Polovina nebe, o. p. s.	82
Poradna pro integraci, z. ú.	83
REMEDIIUM Praha o. p. s.	85
SPOLEČNOU CESTOU z. s.	91
Spolek KOLUMBUS	91
Streetwork Beztržie, Dům dětí a mládeže Praha 3 – Ulička	92
Tichý svět, o. p. s.	94
Za sklem o. s.	95



Drogy a alkohol



Myslíte si, že vaše dítě, nebo blízká osoba užívá drogy? Experimentujete s drogami, nebo je užíváte a uvažujete o změně nebo abstinenci? Máte problémy s alkoholem a chcete je řešit?

Adiktologická ambulance pro mladistvé a dospělé SANANIM z. ú.	52
Decima	62
ESET-HELP, z. s.	67
Fokus Praha, z. ú.	68
HOST Home-Start Česká republika, z. ú.	72
Klinika ESET	75
Progressive o. p. s.	84
Streetwork Beztlíže, Dům dětí a mládeže Praha 3 – Ulita	92
Středisko prevence a léčby drogových závislostí DROP IN, o. p. s.	92



Rodina s dětmi

Jste rodina s nezaopatřenými dětmi? Přáním všech rodičů je, aby děti byly zdravé, vyrůstaly v harmonickém prostředí a pohybovaly se jen v „dobré“ společnosti. Bohužel, ne vždy se vše daří podle plánů a našich přání. Situace, které můžete řešit je nepřeberné množství. Nevíte-li si s něčím rady, neváhejte se obrátit na:

Alfa Human Service, z. s.	53
Arcidiecézní charita Praha	55
Barevný svět dětí, z. s.	56
Buči – Praha 10 z. s.	56
Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci v Praze 10, p. o.	58
Centrum sociálních služeb Praha	58
Česká unie neslyšících, z. ú.	60
České ILCO, z. s.	60
Člověk v tísni o. p. s.	61
Čtyřlístek dětem z. s.	61
Decima	62
Dětská skupina Školička Grébovka I a II – Protěž, z. ú.	63
Diakonie Praha	63
Dílny tvořivosti, o. p. s.	64
EDA cz, z. ú.	66
HESTIA – Centrum pro dobrovolnictví, z. ú.	71
HOST Home-Start Česká republika, z. ú.	72
Integrační centrum Praha	73
INTEGRAČNÍ CENTRUM SASOV z. ú.	74
Klub K2, o. p. s.	74
Klinika ESET	75
Lata – programy pro mládež a rodinu, z. ú.	76
Mezi námi o. p. s.	78
Národní ústav pro autismus, z. ú. (NAUTIS)	79
Občanské sdružení SEPPIA, z. s.	79
Polovina nebe, o. p. s.	82
Poradna pro integraci, z. ú.	83
PRO Gaudia, z. ú.	83
Prostor plus o. p. s. – Program Pilot OSPOD	84
Rodinné a komunitní centrum Jablíčkov, z. s.	85
Sousedský klub – Spolek Vrána, z.s.	88
Společnost E / Czech Epilepsy Association, z. s.	89
Společnost pro ranou péči, z. s.	90
SPOLEČNOU CESTOU z. s.	91
Terapeutické centrum Modré dveře z. ú.	93
Za sklem o. s.	95
Zahrada pro duši, p. o. – Centrum rodinné terapie Horizont	96
Zdravotní ústav Most k domovu, z. ú.	96



Dluhy



Hrozí vám exekuce, ztráta bydlení, nemůžete vystačit s rodinným rozpočtem, nebo jen nedokážete hospodařit s penězi? Co vlastně budete dál dělat, jak se dostanete z bludného kruhu? Obráťte se na:

Barevný svět dětí, z. s.	56
Centrum sociálních služeb Praha	58
Česká unie neslyšících, z. ú.	60
Člověk v tísni o. p. s.	61
DC Protěž z. s., Akademie Protěž	62
Dílny tvořivosti, o. p. s.	64
ESET-HELP, z. s.	67
Farní charita Praha 1 – Nové Město	68
Maltéžská pomoc, o. p. s.	77
Polovina nebe, o. p. s.	82
Poradna pro integraci, z. ú.	83
REMEDIIUM Praha o. p. s.	85
Sousedský klub – Spolek Vrána, z.s.	88
SPOLEČNOU CESTOU z. s.	91
Spolek KOLUMBUS	91
Streetwork Beztlíže, Dům dětí a mládeže Praha 3 – Ulita	92
Tichý svět, o. p. s.	94
Ústav Chytré péče, z. ú.	95
ŽIVOT 90, z. ú.	97



Násilí



Ublíží vám někdo? Máte pocit, že se někoho z vašich blízkých týká domácí násilí? Nečekejte na zázrak, nevěřte, že se něco změní. Pokud jste se vy, nebo někdo, koho znáte, našel v některé z popsaných situací, vyhledejte pomoc. Můžete se obrátit na:

Arcidiecézní charita Praha	55
Centrum sociálních služeb Praha.....	58
DC Protěž z. s., Akademie Protěž	62
HOST Home-Start Česká republika, z. ú.	72
In IUSTITIA, o.p.s. – Poradna Justýna	72
Poradna pro integraci, z. ú.	83
ROSA – centrum pro ženy, z. s.	86
Spolek KOLUMBUS	91
Streetwork Beztlíže, Dům dětí a mládeže Praha 3 – Ulita	92
Terapeutické centrum Modré dveře z. ú.	93
ŽIVOT 90, z. ú.	97



Odchod z vězení



Vracíte se z výkonu trestu odnětí svobody, nebo vazby a nevíte, co vlastně budete dělat? Jak začít? Nemáte kde bydlet, nemáte zaměstnání, nebo máte problémy s rodinou? Bezplatně a ochotně vám pomůžeme:

Centrum sociálních služeb Praha	58
Čtyřlístek dětem z. s.	61



Děti a mládež

Máš starosti a nevíš si rady? Za rodiči s nimi jít nemůžeš, nebo nechceš? Rodiče na tebe nemají čas, někdo ti ubližuje, jednoduše potřebuješ pomoc, nebo si jen popovídat? Přijď za námi, něco vymyslíme:

Arcidiecézní charita Praha	55
Barevný svět dětí, z. s.	56
Buči – Praha 10 z. s.	56
Člověk v tísni o. p. s.	61
Čtyřlístek dětem z. s.	61
Decima	62
Dětská skupina Školička Grébovka I a II – Protěž, z. ú.	63
HESTIA – Centrum pro dobrovolnictví, z. ú.	71
HOST Home-Start Česká republika, z. ú.	72
Integrační centrum Praha	73
INTEGRAČNÍ CENTRUM SASOV z. ú.	74
Klub K2, o. p. s.	74
Klinika ESET	75
Lata – programy pro mládež a rodinu, z. ú.	76
Mezi námi o. p. s.	78
Národní ústav pro autismus, z. ú. (NAUTIS)	79
Občanské sdružení SEPPIA, z. s.	79
Poradna pro integraci, z. ú.	83
Prostor plus o. p. s. – Program Pilot OSPOD	84
Rodinné a komunitní centrum Jablíčkov, z. s.	85
SPOLEČNOU CESTOU z. s.	91
Streetwork Beztříže, Dům dětí a mládeže Praha 3 – Ulita	92
Terapeutické centrum Modré dveře z. ú.	93
Za sklem o. s.	95
Zahrada pro duši, p. o. – Centrum rodinné terapie Horizont	96



Osamocení

Trápíte se? Nemáte se komu svěřit? Nezoufejte, nejste na to sami! Obraťte se na:

Anděl Strážný, z. s.	54
Arcidiecézní charita Praha	55
Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci v Praze 10, p. o.	58
České ILCO, z. s.	60
DC Protěž z. s., Akademie Protěž	62
Diakonie Praha	63
Dílny tvořivosti, o. p. s.	64
Domov pro seniory Malešice	64
Elpida, o. p. s.	66
ESET-HELP, z. s.	67
Fokus Praha, z. ú.	68
Fosa o. p. s.	69
Global Partner Péče, z. ú.	69
HOST Home-Start Česká republika, z. ú.	72
Institut zdravotně-sociálních služeb, z. ú.	73
Klub K2, o. p. s.	74
Komunitní centrum Petrklíč, z. s.	75
Klinika ESET	75
Letokruh z. ú.	76
Linnet eu s. r. o. (Anděl na drátě)	77
Maltéžská pomoc, o. p. s.	78
Mezi námi o. p. s.	78
Občanské sdružení SEPPIA, z. s.	79
Point 50+, o. p. s.	82
Polovina nebe, o. p. s.	82
REMEDIIUM Praha o. p. s.	85
Sestřička SOS, z.ú.	87
Sousedský klub – Spolek Vrána, z.s.	88
Spolek KOLUMBUS	91
Streetwork Beztlže, Dům dětí a mládeže Praha 3 – Ulita	92
Terapeutické centrum Modré dveře z. ú.	93
Tichý svět, o. p. s.	94
Ústav Chytré péče, z. ú.	95
Za sklem o. s.	95
ŽIVOT 90, z. ú.	97



Úmrtí



Postihla vás velmi bolestná a náhlá ztráta blízké osoby? Nevíte, co dělat a koho požádat o pomoc? Je důležité, aby člověk nebyl v obtížné životní situaci sám! Bezplatně a ochotně vám pomůže a poradí:

Barevný svět dětí, z. s.	56
Cesta domů, z. ú.	59
Česká unie neslyšících, z. ú.	60
DC Protěž z. s., Akademie Protěž	62
Diakonie Praha	63
Klinika ESET	75
Občanské sdružení SEPPIA, z. s.	79
Point 50+, o. p. s.	82
PRO Gaudia, z. ú.	83
REMEDIUM Praha o. p. s.	85
Terapeutické centrum Modré dveře z. ú.	93
Ústav Chytré péče, z. ú.	95
Zdravotní ústav Most k domovu, z. ú.	96
ŽIVOT 90, z. ú.	97



Zdravotní postižení

Zdravotní postižení může být různé – tělesné, mentální, smyslové, duševní. Může se týkat vás, vašich dětí nebo vašich blízkých. Situace, které řešíte, je nekonečně mnoho. Obraťte se na nás, poradíme, případně doporučíme, kdo jiný vám může pomoci.

Vždy lze najít důstojné řešení, které bude vycházet z toho, co si přejete:

A DOMA z. s.	52
ALEN – ženy s rakovinou prsu z. s.	53
Alfa Human Service, z. s.	53
Amelie, z. s.	54
Anděl Strážný, z. s.	54
Arcidiecézní charita Praha	55
Centrum MARTIN o. p. s.	57
Centrum Paraple, o. p. s.	57
Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci v Praze 10, p. o.	58
Cesta domů, z. ú.	59
Česká asociace paraplegiků – CZEPA, z. s.	59
Česká unie neslyšících, z. ú.	60
České ILCO, z. s.	60
DC Protěž z. s., Akademie Protěž	62
Diakonie Praha	63
Dílny tvořivosti, o. p. s.	64
Domov pro seniory Malešice	64
Domov pro seniory Zahradní Město	65
EDA cz, z. ú.	65
ENVIRA, o. p. s.	66
ERGO Aktiv, o. p. s.	67
ESET-HELP, z. s.	67
Fokus Praha, z. ú.	68
Fosa o. p. s.	69
Global Partner Péče, z. ú.	69
Global Partner sociální služby s. r. o.	70
Green Doors z. ú.	70
HEWER, z. s.	71
Institut zdravotně-sociálních služeb, z. ú.	73
Integrační centrum Praha	73
INTEGRAČNÍ CENTRUM SASOV z. ú.	74

Komunitní centrum Petrklič, z. s.	75
Linnet eu s. r. o. (Anděl na drátě)	77
Národní ústav pro autismus, z. ú. (NAUTIS)	79
Občanské sdružení SEPPIA, z. s.	79
Okamžik, z. ú.	80
Péče bez překážek, z. s.	80
Pobytové rehabilitační a rekvalifikační středisko pro nevidomé Dědina, o. p. s.	81
POHODA – společnost pro normální život lidí s postižením, z. ú.	81
Point 50+, o. p. s.	82
Polovina nebe, o. p. s.	82
Poradna pro integraci, z. ú.	83
PRO Gaudia, z. ú.	83
Rytmus – od klienta k občanovi, z. ú.	86
Sestřička SOS, z.ú.	87
Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR, z. s. (SONS ČR)	88
Společnost DUHA, z. ú.	89
Společnost E / Czech Epilepsy Association, z. s.	89
Společnost Parkinson, z. s.	90
Společnost pro ranou péči, z. s.	90
SPOLEČNOU CESTOU z. s.	91
Spolek KOLUMBUS	91
Tichý svět, o. p. s.	94
Tyfloservis, o. p. s.	94
Ústav Chytré péče, z. ú.	95
Za sklem o. s.	95
Židovská obec v Praze: Komplexní domácí péče Ezra	97



Stáří



Cítíte, že se stáří dotklo i vás? Již nevládáte to, co jste byli zvyklí zvládat? Pomohla by vám pomoc někoho druhého? Rádi byste zůstali doma, ale jak to zařídit, když nákup je těžký, úklid vyčerpávající a děti daleko? Chcete znát své možnosti? Rádi pomůžeme:

A DOMA z. s.	52
ALEN – ženy s rakovinou prsu z. s.	53
Anděl Strážný, z. s.	54
Arcidiecézní charita Praha	55
Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci v Praze 10, p. o.	58
Cesta domů, z. ú.	59
České ILCO, z. s.	60
DC Protěž z. s., Akademie Protěž	62
Diakonie Praha	63
Domov pro seniory Malešice	64
Domov pro seniory Zahradní Město	65
Elpida, o. p. s.	66
Fosa o. p. s.	69
Global Partner Péče, z. ú.	69
Global Partner sociální služby s. r. o.	70
HEWER, z. s.	71
Institut zdravotně-sociálních služeb, z. ú.	73
Klub K2, o. p. s.	74
Komunitní centrum Petrklíč, z. s.	75
Letokruh z. ú.	76
Linnet eu s. r. o. (Anděl na drátě)	77
Maltéžská pomoc, o. p. s.	77
Mezi námi o. p. s.	78
Občanské sdružení SEPPIA, z. s.	79
Point 50+, o. p. s.	82
Polovina nebe, o. p. s.	82
REMEDIUM Praha o. p. s.	85
SeneCura SeniorCentrum Štěrboholy	87
Sestřička SOS, z.ú.	87
Sousedský klub – Spolek Vrána, z.s.	88
Tichý svět, o. p. s.	94
Ústav Chytré péče, z. ú.	95
Zdravotní ústav Most k domovu, z. ú.	96
Židovská obec v Praze: Komplexní domácí péče Ezra	97
ŽIVOT 90, z. ú.	97



Ztráta zaměstnání



Přišli jste nečekaně o práci? Už několik týdnů, měsíců se snažíte najít bezúspěšně práci? Začínáte se cítit izolovaní, méněcenní, převládá ve vás pocit „*práci již nikdy nenajdu*“? Nevzdávejte to, obraťte se na nás a budeme hledat řešení společně:

Barevný svět dětí, z. s.	56
Buči – Praha 10 z. s.	56
Centrum sociálních služeb Praha	58
Česká unie neslyšících, z. ú.	60
Člověk v tísni o. p. s.	61
Dílny tvořivosti, o. p. s.	64
Farní charita Praha 1 – Nové Město	68
Fokus Praha, z. ú.	68
Fosa o. p. s.	69
Green Doors z. ú.	70
Integrační centrum Praha	73
Maltézská pomoc, o. p. s.	77
REMEDIUM Praha o. p. s.	85
Rytmus – od klienta k občanovi, z. ú.	86
SPOLEČNOU CESTOU z. s.	91
Spolek KOLUMBUS	91
Terapeutické centrum Modré dveře z. ú.	93
Tichý svět, o. p. s.	94
Ústav Chytré péče, z. ú.	95
Za sklem o. s.	95



Dobrovolnictví



Dobrovolnická služba je definována zákonem č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a změně některých zákonů (zákon o dobrovolnické službě), ve znění pozdějších předpisů. Za dobrovolnickou službu se považují takové aktivity, při nichž dobrovolník poskytuje ve svém volném čase, ze svobodné vůle a bez nároku na odměnu pomoc spoluobčanům a společnosti obecně. Zdroj: www.dobrovolnik.cz

Amelie, z. s.	54
České ILCO, z. s.	60
Člověk v tísni o. p. s.	61
DC Protěž z. s., Akademie Protěž	62
Decima	62
Diakonie Praha	63
Elpida, o. p. s.	66
Fokus Praha, z. ú.	68
HESTIA – Centrum pro dobrovolnictví, z. ú.	71
HOST Home-Start Česká republika, z. ú.	72
Integrační centrum Praha	73
Klub K2, o. p. s.	74
Komunitní centrum Petrklíč, z. s.	75
Lata – programy pro mládež a rodinu, z. ú.	76
Letokruh z. ú.	76
Maltézská pomoc, o. p. s.	77
Mezi námi o. p. s.	78
Národní ústav pro autismus, z. ú. (NAUTIS)	79
Okamžik, z. ú.	80
Sousedský klub – Spolek Vrána, z.s.	88
Středisko prevence a léčby drogových závislostí DROP IN, o. p. s.	92
Svaz tělesně postižených v České republice z. s.obvodní organizace Praha 10	93
Ústav Chytré péče, z. ú.	95
ŽIVOT 90, z. ú.	97

Abecední rejstřík poskytovatelů

A DOMA z. s.	52
Adiktologická ambulance pro mladistvé a dospělé SANANIM z. ú.	52
ALEN – ženy s rakovinou prsu z. s.	53
Alfa Human Service, z. s.	53
Amelie, z. s.	54
Anděl Strážný, z. s.	54
Arcidiecézní charita Praha	55
Armáda spásy v České republice, z. s. Domov Přístav Praha	55
Barevný svět dětí, z. s.	56
Buči – Praha 10 z. s.	56
Centrum MARTIN o. p. s.	57
Centrum Paraple, o. p. s.	57
Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci v Praze 10, p. o.	58
Centrum sociálních služeb Praha	58
Cesta domů, z. ú.	59
Česká asociace paraplegiků – CZEPA, z. s.	59
Česká unie neslyšících, z. ú.	60
České ILCO, z. s.	60
Člověk v tísni o. p. s.	61
Čtyřlístek dětem z. s.	61
DC Protěž z. s., Akademie Protěž	62
Decima	62
Dětská skupina Školička Grébovka I a II – Protěž, z. ú.	63
Diakonie Praha	63
Dilny tvořivosti, o. p. s.	64
Domov pro seniory Malešice	64
Domov pro seniory Zahradní Město	65
EDA cz, z. ú.	65
Elpida, o. p. s.	66
ENVIRA, o. p. s.	66
ERGO Aktiv, o. p. s.	67
ESET-HELP, z. s.	67
Farní charita Praha 1 – Nové Město	68
Fokus Praha, z. ú.	68
Fosa o. p. s.	69
Global Partner Péče, z. ú.	69
Global Partner sociální služby s. r. o.	70
Green Doors z. ú.	70
HESTIA – Centrum pro dobrovolnictví, z. ú.	71
HEWER, z. s.	71
HOST Home-Start Česká republika, z. ú.	72
In IUSTITIA, o.p.s. – Poradna Justýna	72
Institut zdravotně-sociálních služeb, z. ú.	73
Integrační centrum Praha	73
INTEGRAČNÍ CENTRUM SASOV z. ú.	74
Klub K2, o. p. s.	74

Komunitní centrum Petrklíč, z. s.	75
Klinika ESET	75
Lata – programy pro mládež a rodinu, z. ú.	76
Letokruh z. ú.	76
Linnet eu s. r. o. (Anděl na drátě)	77
Maltéžská pomoc, o. p. s.	77
Mezi námi o. p. s.	78
NADĚJE	78
Národní ústav pro autismus, z. ú. (NAUTIS)	79
Občanské sdružení SEPPIA, z. s.	79
Okamžik, z. ú.	80
Péče bez překážek, z. s.	80
Pobytové rehabilitační a rekvalifikační středisko pro nevidomé Dědina, o. p. s.	81
POHODA – společnost pro normální život lidí s postižením, z. ú.	81
Point 50+, o. p. s.	82
Polovina nebe, o. p. s.	82
Poradna pro integraci, z. ú.	83
PRO Gaudia, z. ú.	83
Progressive o. p. s.	84
Prostor plus o. p. s. – Program Pilot OSPOD	84
REMEDIIUM Praha o. p. s.	85
Rodinné a komunitní centrum Jablíčkov, z. s.	85
ROSA – centrum pro ženy, z. s.	86
Rytmus – od klienta k občanovi, z. ú.	86
SeneCura SeniorCentrum Štěrboholy	87
Sestřička SOS, z.ú.	87
Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR, z. s. (SONS ČR)	88
Sousedský klub – Spolek Vrána, z.s.	88
Společnost DUHA, z. ú.	89
Společnost E / Czech Epilepsy Association, z. s.	89
Společnost Parkinson, z. s.	90
Společnost pro ranou péči, z. s.	90
SPOLEČNOU CESTOU z. s.	91
Spolek KOLUMBUS	91
Streetwork Beztlíže, Dům dětí a mládeže Praha 3 – Ulita	92
Středisko prevence a léčby drogových závislostí DROP IN, o. p. s.	92
Svaz tělesně postižených v České republice z. s.obvodní organizace Praha 10	93
Terapeutické centrum Modré dveře z. ú.	93
Tichý svět, o. p. s.	94
Tyfloservis, o. p. s.	94
Ústav Chytré péče, z. ú.	95
Za sklem o. s.	95
Zahrada pro duši, p. o. – Centrum rodinné terapie Horizont	96
Zdravotní ústav Most k domovu, z. ú.	96
Židovská obec v Praze: Komplexní domácí péče Ezra	97
ŽIVOT 90, z. ú.	97

A DOMA z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osobní asistence – senioři, osoby se zdravotním postižením, osoby s chronickým duševním onemocněním (nejčastěji demencí) starší 18 let věku, kteří mají sníženou soběstačnost a potřebují pomoc druhé osoby.

Středisko pro pečující – je místo, kde naleznou neformálně pečující konkrétní pomoc a podporu, a to prostřednictvím Rodinného průvodce*, člověka, který se dokáže vcítit do pečujícího nebo rodiny v obtížné situaci a nachází řešení v péči o blízkého. Místo, kde vy, jako pečující, naleznete ucelenou pomoc odborníků s dlouholetou praxí. A je jedno, jestli s péčí teprve začínáte, nebo již několik let pečujete.

Popis činnosti organizace:

Osobní asistence poskytuje sociální služby dle zákona 108/2006 Sb. o sociálních službách.

Středisko pro pečující nabízí dlouhodobou a komplexní podporu neformálně pečujícím starším 18 let věku při řešení jejich situace vyplývající z péče o blízkého.

Služba je založena na metodě Rodinného průvodce, který na základě rozhovoru zjišťuje,

jaké problematické situace pečující řeší v celém rozsahu sociálních, zdravotních a dalších životních potřeb. Rodinný průvodce spolupracuje s multidisciplinárním týmem odborníků, a to s ergoterapeutem, klinickým farmaceutem, právníkem, fyzioterapeutem, mediátorem, nutričním terapeutem, psychoterapeutem, trenérem paměti, sociálním pracovníkem a konzultantem pro odlehčení péče.

Na Strži 1683/40, Praha 4

Tel.: 733 194 952

info@a-doma.cz

www.a-doma.cz

ID datové schránky: 9a7mxnb



Provozní doba:

Služba osobní asistence je poskytována v přirozeném prostředí klienta či místě dle určení klienta na území hlavního města Prahy. Služba je našim klientům nabízena nepřetržitě, tedy 24 hodin denně, 365 dní v roce.

Provozní doba kanceláře:

pondělí–čtvrtek: 8:00–16:00

pátek: 8:00–15:00

Adiktologická ambulance pro mladistvé a dospělé SANANIM z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby ohrožené závislostí na návykových látkách.

Popis činnosti organizace:

Adiktologická ambulance (AA) poskytuje komplexní zdravotně sociální intervence pro osoby ohrožené závislostí na návykových látkách.

Služby jsou určeny pro osoby:

- ohrožené závislostí na návykových látkách (drogách, alkoholu nebo medikamentech)
- starší 13 let – specifický samostatný program pro mladistvou klientelu ve věkovém rozsahu 15 až 20 let
- alespoň v minimálním rozsahu otevřené změně v jejich dosavadním životě
- usilující o abstinenci, nebo kontrolované užívání

Program strukturovaná ambulantní léčba se zaměřuje na léčbu závislosti a skládá se z individuální a skupinové terapie. Dle potřeby

je poskytována další odborná péče (sociální práce, rodinné konzultace, psychiatrická léčba, psychologické vyšetření apod.). Program case managementu je určen pro osoby se souběhem více sociálních a zdravotních problémů vyžadujících koordinovanou péči a pro uživatele trpící kromě závislostí dalším duševním onemocněním (psychotickým onemocněním, depresivní či úzkostnou poruchou apod.).

Žitná 1574/51, 110 00 Praha 7

Tel.: 724 521 913

klinika@sananim.cz

www.sananim.cz/sluzby-a-zarizeni/ambulance

ID datové schránky: x3kpxwy



Provozní doba:

Pondělí: 12:00–20:00

Úterý: 9:00–17:00

Středa: 9:00–17:00

Čtvrtek: 9:00–17:00

Pátek: 9:00–15:00



ALEN – ženy s rakovinou prsu z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby se zdravotním postižením / senioři 50+.

Popis činnosti organizace:

Pacientská organizace ALEN je již 31 let průvodcem a psychickou podporou žen, které onemocněly rakovinou prsu. Získáváme pro ně informace o nemoci i léčení. Svými aktivitami pomáháme k uzdravení a k aktivnímu návratu do života.

- Jednou za měsíc se scházíme na schůzkách.
- Chodíme společně na vycházky a výlety, za kulturou.
- Jednou týdně chodíme plavat a cvičit do bazénu.
- Zabýváme se ručními pracemi.
- Hrajeme minigolf.
- Jezdíme na rekondační pobyty s odborným rehabilitačním programem.

S naší pomocí proces uzdravování nemusí být bez radosti a vede k plnohodnotnému návratu do aktivního života. Jsme tu zejména pro ženy 50+. Do svého kolektivu rády přijmeme všechny ženy, které pomoc potřebují.



Raffaelova 1991/5
100 00 Praha 10 – Strašnice
Tel.: 736 539 989
alen@alen-tym.cz
www.alen-tym.cz
ID datové schránky: bvqjtjx

Provozní doba:
dle potřeby



Alfa Human Service, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Pečující o děti se zdravotním postižením, dlouhodobě nemocné partnery a seniory.

Popis činnosti organizace:

Organizace působí v oblasti návazných služeb na registrované sociální služby prostřednictvím poradenství, terapií a vzdělávání pečujících.



Na Vrchole 2595/25
130 00 Praha 3
Tel.: 722 913 207
info@alfabet.cz
www.alfahs.cz
www.alfabet.cz
ID datové schránky: 6jq99da

Provozní doba:
po domluvě



Amelie, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Pacienti s onkologickou diagnózou a jejich blízcí.

Popis činnosti organizace:

Zaměřujeme se na pomoc lidem zasaženým rakovinou, aby dokázali lépe zvládat tuto náročnou životní situaci a mohli prožít co nejlepší život s touto nemocí. Usilujeme o to, aby lidé s rakovinou měli lepší a kvalitnější život. Všechny naše aktivity jsou poskytovány ZDARMA.

- Centra Amelie: poskytují odbornou psychosociální podporu pro onkologicky nemocné a jejich blízké. Nabízí individuální poradenství, skupinové aktivity a možnost se setkat s ostatními pacienty.
- Telefonická a e-mailová poradna: poskytují bezplatnou pomoc, rady a podporu těm, kteří se potýkají s onkologickým onemocněním nebo potřebují informace o léčbě a péči.
- Dobrovolnický program: dobrovolníci pomáhají onkologicky nemocným v nemocnicích i centrech Amelie. Poskytují emoční a praktickou podporu a přispívají k lepšímu zvládnání nemoci.

- Vzdělávání a šíření povědomí: Amelie pořádá vzdělávací akce, konference a informační kampaně s cílem zvyšovat povědomí o psychosociální podpoře pro pacienty s rakovinou.



Šaldova 337/15
186 00 Praha 8
Tel.: 739 001 123
praha@amelie-zs.cz
www.amelie-zs.cz
ID datové schránky: 3pzcrad



Provozní doba:
Pondělí: 11:00–16:00
Úterý: 9:00–17:00
Středa: 10:00–14:00



Anděl Strážný, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Senioři, osoby s chronickým onemocněním, osoby s jiným zdravotním postižením, osoby s tělesným postižením, osoby se sluchovým postižením, osoby se zrakovým postižením, osoby se zdravotním postižením, osoby s mentálním postižením, osoby s kombinovaným postižením, osoby v krizi.

Popis činnosti organizace:

Anděl Strážný, z.ú. je registrovaná sociální služba tísňové péče, která poskytuje jistotu a bezpečí nonstop po celý rok v celé České republice.



SOCIÁLNÍ SLUŽBA TÍŠŇOVÉ PÉČE



Fügnerovo náměstí 1808/3
120 00 Praha 2
Tel.: 800 603 030 – nonstop linka
poptavka@andelstrazny.eu
www.andelstrazny.eu
ID datové schránky: kvjgizd



Provozní doba:
8:00–16:00



Arcidiecézní charita Praha

Cílová skupina uživatelů služeb:

Poradna Magdala je tu pro rodiny s dětmi, děti a mládež.

Pečovatelská služba je určena seniorům a dospělým zdravotně postiženým občanům, kteří nejsou schopni si sami obstarat nutné práce v domácnosti, zajistit další životní potřeby, nebo kteří pro nepřiměřený zdravotní stav potřebují pomoc jiné osoby.

Popis činnosti organizace:

Poradna Magdala pomáhá rodinám, dětem a mládeži v oblastech domácího násilí a obchodu s lidmi. Nabízíme sociální, právní a psychologické poradenství, utajené ubytování a preventivní program Žuřivec pro školy.

Zároveň v Poradně Magdala zprostředkováváme Asistovaná setkávání či předávání dítěte mezi pečující a nepečující stranou. Dále nabízíme službu Podporovaná komunikace a Rodičovská dohoda, která pro obě strany slouží k nalezení a vytvoření mimosoudních dohod ohledně péče o dítě.

Pečovatelská služba pomáhá svým klientům s běžnými aktivitami, aby si udrželi svůj obvyklý způsob života a mohli zůstat v prostředí, které jim je známo.

a kde se cítí dobře. Pomáháme klientům s každodenními činnostmi, které si nejsou schopni zajistit sami zpravidla v jejich domácnostech, např. pomoc s hygienou, oblékáním, přípravou jednoduchých jídel, s konzumací jídla, nakupováním, vyřizováním požadavků (lékárna, úřad apod.), úklidem domácnosti, vypráním, vyžehlením a úklidem prádla.



Londýnská 44
120 00 Praha 2
Poradna Magdala: 739 002 900
Pečovatelská služba: 737 282 816
(po-pá 8:00-16:00)
magdala@paha.charita.cz
socialni1.pecovatelska@paha.charita.cz
<https://paha.charita.cz>
ID datové schránky: yp6kn2d

Provozní doba:
Poradna Magdala:
po-pá: 9:00-17:00

Pečovatelská služba:
každý den včetně víkendů
a svátků 7:00-18:00



Armáda spásy v České republice, z. s. Domov Přístav Praha

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby bez přístřeší od 27 let, mobilní i imobilní, které mají sníženou fyzickou, psychickou soběstačnost z důvodu chronického duševního onemocnění, závislosti na návykových látkách nebo různých typů demencí, a potřebují pravidelnou pomoc jiné osoby.

Popis činnosti organizace:

Domov Přístav Praha je pobytové zařízení se zvláštním režimem pro lidi bez domova ve věku od 27 let, kteří potřebují pravidelnou pomoc jiné osoby. Poskytujeme zázemí spojené s péčí o vlastní osobu i prostředí uživatele, včetně péče v poslední etapě života. Nabízíme pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí, a to i v rámci soužití uživatelů, s ohledem na jejich individuální potřeby.



Petržilkova 2565/23, 158 00 Praha 5
Tel.: 775 880 164
tomas.ficek@armadaspasy.cz
www.armadaspasy.cz
ID datové schránky: iacap5u



Provozní doba:
24 hodin 7 dnů v týdnu



Barevný svět dětí, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Rodiče a ohrožené děti, pěstouni.

Popis činnosti organizace:

V Barevném světě dětí pomáháme ohroženým dětem. Chceme, aby každé dítě mohlo vyrůstat ve zdravém a bezpečném prostředí buď vlastní, nebo náhradní rodiny, kde může rozvíjet svůj potenciál. Uvědomujeme si, že situace, ve kterých se rodiny ocitají, mohou být někdy velmi obtížně řešitelné. Věříme však, že pomocná ruka podaná v pravou chvíli může podpořit rodinu natolik, aby dospěli dokázali nacházet vlastní řešení náročných situací a tuto dovednost také uměli předat svým dětem.

Tuto ruku našim klientům podáváme již od roku 2004. Za tu dobu jsme realizovali několik různých projektů, v současné době se aktivně věnujeme těmto pěti: Kámoš, Služby pro pěstouny, Práce s biologickou rodinou, Programy pro děti a Služby pro odborníky.



Sokolovská 81/55

Praha 8, 186 00

Tel.: 731 850 775

cesnekova@barevnysvetdeti.cz

www.barevnysvetdeti.cz

ID datové schránky: uyy99k6

Provozní doba: 9:00–17:30

BAREVNÝ SVĚT DĚTÍ



Buči – Praha 10 z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Národnostní menšiny, zejména menšina romská, osoby a rodiny sociálně znevýhodněné.

Popis činnosti organizace:

Posláním našeho spolku je podporovat sociální začlenění a zlepšování životní situace sociálně vyloučených či ohrožených osob prostřednictvím pomoci při získání trvalého zaměstnání ("buči" je fonetický přepis romského slova "práce"). Věříme, že práce je klíčem k samostatnosti a finanční stabilitě, a proto se zaměřujeme na vzdělávání a osvětu v oblasti komunikace, motivace a odborné kvalifikace včetně rekvalifikačních programů.

Dále je spolek registrovaným poskytovatelem sociální služby Sociální rehabilitace s cílem umožnit klientům návrat do zaměstnání i do života. Do návazných aktivit patří veřejné prospěšné práce (partnerství s úřadem práce), obecně prospěšné práce a provozování autoškoly.

Z dalších aktivit spolek nabízí doučování pro děti ZŠ a studenty SŠ včetně přípravy na přijímací zkoušky SŠ i VŠ, dále volnočasovou činnost pro rodiny s dět-

mi (víkendové exkurze, turistický oddíl KČT, letní tábor pro děti ze sociálně znevýhodněných rodin) i další zájmové aktivity (folklorní soubor Marcinovci).



Minská 776/2, 100 00 Praha 10,
provozovna Hartigova 2430/162,
130 00 Praha 3

Tel.: 608 520 073

os.buci@seznam.cz

www.buci.praha.cz

ID datové schránky: ri7ne4v

Provozní doba:

pondělí–středa: 9:00–11:00

dále dle předchozí domluvy

BUČI



Centrum MARTIN o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé s mentálním a kombinovaným postižením a chronickým duševním onemocněním.

Popis činnosti organizace:

Od roku 2012 pomáháme lidem se zdravotním postižením v integraci do společnosti a zapojování do pracovního života. Zkušené pracovnice a pracovníci pracují s klientkami a klienty individuálně či ve velmi malých skupinkách. Klademe důraz na osobní přístup a důkladné poznání individuálních potřeb.

Sociální rehabilitace: Pomoc a podpora lidem v obtížné životní situaci způsobené jejich zdravotním postižením. Nabízené aktivity směřují k snadnějšímu začlenění do společnosti. Služba je poskytována zdarma. Poskytujeme jak ambulantní, tak terénní službu. V rámci poskytování služeb realizujeme též základní sociální poradenství.

Sociálně terapeutická dílna: Zlepšení možnosti uplatnění na chráněném či otevřeném trhu práce, zdokonalování pracovních návyků, získávání praxe, prohlubování pracovních dovedností. Klienti si dovednosti osvojují pod vedením pracovníků a pracovníků organizace ve dvou tréninkových kavárnách.



Chelčického 911/2

130 00 Praha 3

Tel.: 739 036 331

socialnisluzby@centrummartin.cz

www.centrummartin.cz

ID datové schránky: depzx2v



Provozní doba:

dle pracoviště organizace,
typu služby a individuálně
stanovovaného harmonogramu,
obvykle v časovém rozmezí
8:00-16:00.



Centrum Paraple, o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé z celé ČR od 15 let věku s náhle vzniklým poškozením míchy.

Popis činnosti organizace:

Pomáháme najít cestu dál lidem s poraněním míchy i jejich nejbližším.

Poskytujeme zdravotní i sociální služby a věnujeme se výzkumu a vzdělávání s cílem zlepšit život lidí s poraněním míchy.

Lidem, kteří jsou po poranění míchy a v nové situaci se učí orientovat, poskytujeme sociální rehabilitaci. Společně s nimi nacházíme cesty, jak znovu získat soběstačnost, zapojit se do života rodiny a společnosti, mít možnost pracovat nebo smysluplně trávit volný čas. Sociální rehabilitaci nabízíme v terénu i formou třítydenních pobytů.

Těm, kteří žijí s následky poranění míchy delší dobu, nabízíme zdravotní služby, zejména dvoutýdenní pobytovou komplexní rehabilitaci. Ta zahrnuje podporu při výběru vhodných kompenzačních pomůcek, zlepšování fyzické kondice a prevenci zdravotních komplikací. Vybrané služby

poskytujeme také ambulantně. Nabídku doplňujeme tematickými pobyty, které zaměřujeme na pohybové, poznávací i kulturní aktivity.



Ovčáráská 471/1b,

108 00 Praha 10 – Malešice

Tel.: 274 771 478

paraple@paraple.cz

www.paraple.cz

ID datové schránky: ha4c72p



Provozní doba:

Při pobytu klientů 24/7

Mimo pobyt klientů 7:30-18:00



Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci v Praze 10, p. o.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby se sníženou soběstačností z důvodu věku, zdravotního postižení či nepříznivé situace a osoby s Alzheimerovým onemocněním a jinými typy demence, osamocení senioři a děti od 1 roku do 3 let.

Popis činnosti organizace:

Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci v Praze 10 je příspěvková organizace zřízená Městskou částí Prahy 10.

Poskytuje tyto služby:

- Pečovatelská služba, Byty zvláštního určení: Sámova 7, Praha 10, tel. 271 745 880, e-mail vedoucips@csop10.cz
- Domácí zdravotní péče, Půjčovna kompenzačních pomůcek: Sámova 7, Praha 10, tel. 272 730 813, e-mail vedoucidzp@csop10.cz
- Domov pro seniory a odlehčovací služby U Vršovického nádraží: U Vršovického nádraží 1547/5, Praha 10, tel. 277 011 701, e-mail vedouciuvn@csop10.cz

- Domov pro seniory, domov se zvláštním režimem a odlehčovací služby Vršovický zámeček: Moskevská 21, Praha 10, tel. 277 010 180, e-mail vedoucizamecek@csop10.cz
- Domov pro seniory, domov se zvláštním režimem a odlehčovací služby Zvonková: Zvonková 6, Praha 10, tel. 272 173 033, e-mail vedoucizvon@csop10.cz
- Kluby seniorů: Na Louži 19, Praha 10, tel. 277 011 710, e-mail klubovavedouci@csop10.cz
- Dětské skupiny v Praze 10: Jakutská 4, Praha 10, tel. 271 737 749, e-mail vedoucids@csop10.cz

Sámova 7
101 00 Praha 10
Tel.: 271 746 720
asistentka@csop10.cz
www.csop10.cz
ID datové schránky: dpmkg5h

Provozní doba: 7:00–15:30



CENTRUM SOCIÁLNÍ
A OŠETROVATELSKÉ POMOCI
V PRAZE 10



Centrum sociálních služeb Praha

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby v tíživé životní nebo sociální situaci.

Popis činnosti organizace:

Centrum sociálních služeb Praha poskytuje prioritně terénní, ambulantní i pobytové služby široké škále osob v tíživé životní nebo sociální situaci.

Provozujeme azylové domy, terénní programy, krizové a intervenční služby, poradny a řadu dalších služeb. CSSP je koordinátorem a poskytovatelem humanitárních opatření, především v zimním období pro lidi bez domova, ale také při jiných krizových situacích. CSSP je důležitou součástí sociálních politik hlavního města Prahy, podílí se na přípravě strategických dokumentů a návrhů opatření pro zlepšení sociální situace Pražanů.

Žitňská 2769/2, Praha 4
Tel.: 296 332 014
cssp@csspraha.cz
www.csspraha.cz
ID datové schránky: 56uz5k6

Provozní doba:
dle jednotlivých služeb



Centrum sociálních služeb Praha



Cesta domů, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Dospělí a děti v závěru života, jejich blízcí a pozůstatelé (ODSL – těžce nevléčitelně nemocní, lidé výrazně závislí na pomoci druhé osoby a jejich pečující).

Popis činnosti organizace:

Cesta domů umožňuje péči o umírající v domácím prostředí. Poskytuje zdravotní a sociální služby i odborné poradenství. Usiluje o zvýšení povědomí o paliativní péči formou vzdělávání a osvětových kampaní.

- Poradna: Poskytuje poradenské služby v oblasti péče o nevléčitelně nemocné a umírající. Provází pečující a pozůstatelé.
- Domácí hospic: Zajišťuje multidisciplinární péči o umírající v domácím prostředí.
- Ambulance paliativní a podpůrné péče: Řeší fyzické i jiné obtíže pacientů s pokročilým životem limitujícím onemocněním, pomáhá s plánem péče.
- Podpůrné služby: Psychosociální pomoc rodinám v péči domácího hospice a podpora pozůstatelů.

- Podpůrné svépomocné skupiny: Podpora lidem, kterým zemřel blízký člověk.
- Odlehčovací služby (terénní a pobytové): Péče o těžce nemocné a lidi v závěru života, zajištění běžných činností denní potřeby a umožnění odpočinku pro neformální pečující.
- Půjčovna pomůcek: Nabízí zapůjčení kompenzačních pomůcek.

Heleny Kočvarové 1583/1
140 00 Praha 4 – Michle
poradna: 775 166 863, 725 245 576
poradna@cestadomu.cz
www.cestadomu.cz
ID datové schránky: 6ekc928

**CESTA
DOMŮ**

Provozní doba:

poradna: po, út 9:00–17:00, stř 9:00–14:00,
čt, pá 9:00–17:00
terénní ODSL: po 8:00–17:00,
út 8:00–15:00, stř, čt, pá 8:00–17:00
so, ne 9:00–16:00
pobytové ODSL: nepřetržitě



Česká asociace paraplegiků – CZEPA, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé ochrnutí po poškození míchy a jejich blízcí; vozíčkáři.

Popis činnosti organizace:

Poškození míchy přináší závažnou změnu zdravotního stavu. Česká asociace paraplegiků – CZEPA je nestátní organizace, která od roku 1990 sdružuje lidi ochrnuté po poškození míchy z celé ČR a nabízí jim řadu podpůrných služeb.

Klientům (vozičkářům) i jejich blízkým asociace nabízí:

- odborné sociální poradenství (sociální dávky a služby pro osoby se zdravotním postižením)
- poradenství ergoterapeuta (výběr pomůcek, bezbariérové úpravy, prevence zdravotních komplikací)
- oční rehabilitace Peer mentoring – podpora „vozičkář vozíčkáři“
- publikace a videa k tématu života s poškozením míchy
- byty pro dočasné bezbariérové bydlení
- půjčovnu pomůcek
- půjčovnu automobilů s ručním řízením
- tréninkové pracoviště
- komunitní web Vozejkov.cz

- mobilní aplikaci bezbariérových míst VozejkMap
- semináře na sociální a zdravotní témata
- preventivní programy pro školy BanalFatal!



Dygrýnova 816/8
198 00 Praha 14 – Černý Most
Tel.: 773 483 083
czepea@czepea.cz
www.czepea.cz
ID datové schránky: ddibs5g

CZEPA
ČESKÁ ASOCIACE
PARAPLEGIKŮ

Provozní doba:
po–pá: 8:00–16:00



Česká unie neslyšících, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby s kombinovaným postižením (služba je poskytována osobám s kombinovaným postižením, kdy jedno z postižení je sluchové a zájemce o službu ke komunikaci používá komunikační systémy sluchově postižených nebo český znakový jazyk).

Osoby se sluchovým postižením. Rodiny s dítětem/děti (Služba je poskytována rodinám s dítětem, kdy jedno z postižení je sluchové a zájemce o službu ke komunikaci používá komunikační systémy sluchově postižených nebo český znakový jazyk).

Bez omezení věku využívající službu na území hl. m. Prahy a Středočeského kraje.

Popis činnosti organizace:

Sociálně aktivizační služby – poradenství: informace a osobní pomoc při vyřizování s úřady, policií, lékaři, školami, v bance apod.

Volnočasové aktivity v klubech, kurzech, společenské akce a přednášky. Bezplatný přístup na internet. Tlumočnické služby. Přepis mluvené řeči: ambulantní a terénní, individuální i pro skupiny.

Dlouhá 729/37

110 00 Praha 1

Sociálně aktivizační služba:
224 827 152, 725 865 823 (SMS)

Tlumočnická služba:
774 030 771 (SMS),
773 392 003 (on-line WhatsApp)

Centrum zprostředkování
simultánního přepisu:

Tel.: 608 719 001

paha@cun.cz
tlumocnici@cun.cz
prepis@cun.cz

www.cun.cz

ID datové schránky: n3h64z2



Sociálně aktivizační služba:

po: 9:00–17:00 terénní, út: 9:00–17:00 ambulantní,
stř: 9:00–17:00 terénní, čt: 9:00–17:00 ambulantní,
pá: 9:00–13:00 terénní

Tlumočnická služba:

po, út, stř: 8:00–17:00 ambulantní, terénní
čt: 9:00–18:00 ambulantní, terénní
pá: 8:00–13:00 ambulantní, terénní

České ILCO, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé se zdravotním postižením – stomie, veřejnost – osvěta o životě s vývodem, propagace prevence onemocnění.

Popis činnosti organizace:

Organizace České ILCO, z. s. od roku 1992 pomáhá řešit zdravotní, sociální a psychické problémy, které jsou spojeny s návratem stomika do normálního života. Stomie není nemoc, ale druh zdravotního postižení. Může se týkat všech věkových kategorií – od dětí po seniory. Stomie je umělý vývod dutého orgánu na povrch těla, který umožňuje pacientovi vyprazdňování. Vzhledem k tomu, že vyprazdňování nelze ovládat, je nutné stomii kryt sběrnými sáčky.

NEBOJTE SE STOMIE, POMŮŽEME VÁM

• začít žít s vývodem • nebyť na to sami • radou a osobní zkušeností

V Praze provozujeme Informační a poradenské centrum, které funguje jako kontaktní místo pro stomiky a jejich blízké. V centru pracují zkušení a proškolení stomici – členové pražského spolku

stomiků FIT-ILCO Praha, z. s. Návštěvníci se zde mohou vzájemně potkávat a získávat informace o životě s vývodem. Jsou informováni o aktivitách spolků stomiků, které jsou po celé ČR, možnostech účasti na rekondičních pobytech atd.



Polská 1664/15

120 00 Praha 2

Tel.: 777 431 953

marie.redinova@ilco.cz

www.ilco.cz

ID datové schránky: xu3k9hn

ILCO.cz

Provozní doba:

pondělí 13:00–17:00

čtvrtek 9:00–13:00

jinak dle tel. domluvy



Člověk v tísní o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Jednotlivci a rodiny ohrožené sociálním vyloučením.

Popis činnosti organizace:

"Pražská pobočka organizace Člověk v tísní poskytuje sociální a vzdělávací služby dětem i dospělým na území hl. m. Prahy. V sociálních službách se zaměřujeme na podporu jednotlivců a rodin ohrožených sociálním vyloučením, například v důsledku ztráty bydlení nebo zadlužení. Dětem nabízíme možnost smysluplně trávit volný čas a bezpečný prostor Klubu Smíchov, který sídlí přímo v budově naší pobočky. Rodinám s dětmi poskytujeme sociálně aktivizační podporu, aby mohly vytvářet stabilní a podnětné zázemí pro rozvoj i bezpečí dětí. Součástí našich činností jsou také vzdělávací služby, rozvíjející mimoškolní vzdělávání prostřednictvím doučování, mentoringu a dalších aktivit, které fungují za velké podpory našich dobrovolníků. Poskytované služby doplňuje sociální a vzdělávací podpora uprchlíků, kteří museli v důsledku války opustit své domovy.



Vltavská 24
Praha 5 – Smíchov
Tel.: 777 782 066
vaclav.kucera@clovekvtsni.cz
www.clovekvtsni.cz
ID datové schránky: kpmghs7

Provozní doba:
pondělí–pátek od 9:00 do 17:30



Čtyřlístek dětem z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Rodiny s dětmi v náročné životní situaci.

Popis činnosti organizace:

Pomáháme rodinám s dětmi v náročné životní situaci tak, aby krize a problémy co nejméně dopadaly na děti a jejich vývoj.

Poskytujeme psychologickou podporu a rodinné poradenství – rodičům pomáháme lépe zvládat náročná období a předcházet konfliktům, dětem nabízíme odbornou pomoc naší dětské psycholožky.

Ve spolupráci s dárci a potravinovou bankou zajišťujeme materiální a potravinovou pomoc rodinám, které se ocitly ve finanční tísní.

Pro veřejnost provozujeme rodinné centrum, kde nabízíme pravidelné programy a aktivity pro rodiče a děti. Centrum je prostorem pro setkávání, podporu i smysluplné trávení volného času.



K Učilišti 50/13
Praha 10 – Štěrboholy
Tel.: 724 667 690
ctyrlistek@ctyrlistekdetem.cz
www.ctyrlistekdetem.cz
ID datové schránky: s5zyhsp

Provozní doba:
pracovní dny 9:00–16:00



DC Protěž z. s., Akademie Protěž

Cílová skupina uživatelů služeb:

Senioři, zdravotně postižení, osoby v nouzi, dobrovolníci.

Popis činnosti organizace:

Dobrovolnické centrum Protěž z. s. zajišťuje dobrovolníky pro seniory, zdravotně postižené, rodiny v těžkých životních situacích a osoby ohrožené sociálním vyloučením. Dobrovolníci nejčastěji pomáhají seniorům se zdravotním postižením s nákupy, doprovázejí je k lékařům a na různé zdravotní prohlídky či při vyřizování na úřadech. Velice důležité jsou pro klienty v seniorním věku pravidelné návštěvy, kterými jim dobrovolníci pomáhají minimalizovat pocit osamělosti. Ve spolupráci s potravinovou bankou zprostředkováváme potravinovou pomoc pro potřebné. Pomáháme pěstounským rodinám, kterým zařizujeme odborná školení, poradenství, supervize a další služby podle jejich potřeb.

Akademie Protěž – právní poradna nabízí bezplatné právní konzultace pro seniory a osoby v nouzi. Pomůžeme vám se základními právními otázkami v odvětví pracovněprávním, nevýhodně uzavřenými smlouvami, spotřebitelskými spory, otázkami kolem pozůstalostních řízení a dalšími problematickými situacemi.



Sámova 904/18
101 00 Praha 10 – Vršovice
Tel.: 733 520 600,
737 842 879
svrcek@dcprotez.cz
akademie@dcprotez.cz
www.dcprotez.cz
ID datové schránky: 3qkgsnp

Provozní doba:
dle domluvy



Decima

Cílová skupina uživatelů služeb:

Děti a mládež ve věku 6 až 19 let z Prahy 10 a okolních částí.

Popis činnosti organizace:

Jsme bezpečným místem. Podporujeme děti v rozvoji sebevědomí, dovedností a respektu. Nabízíme jim příležitosti a zážitky, které jinde nezažívají. Pomáháme jim překonávat životní překážky a objevovat místo ve společnosti. Spojujeme jejich potřeby s dostupnými zdroji v komunitě a učíme je vytvářet zdravé a smysuplné vztahy. Služby poskytujeme bezplatně, důvěrně, ambulantní a terénní formou.



U Seřadiště 1578/1
101 00 Praha 10 – Vršovice
Tel.: 775 317 814
decima@praha.ymca.cz
www.praha.ymca.cz/klub-decima
ID datové schránky: majtuuu

Provozní doba:
pondělí–středa: 13:00–18:00
čtvrtek: 14:00–19:00 (nebo dle akce)



Dětská skupina Školička Grébovka I a II – Protěž, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Rodina s dětmi.

Popis činnosti organizace:

Nezisková organizace Protěž, z. ú. se věnuje práci s dětmi již 6. rokem. Ve dvou dětských skupinách poskytujeme službu péče o děti v předškolním věku od 2 let. Celková kapacita 16 dětí je rozdělena do dvou samostatných kolektivů. Personál se skládá ze 4 pečujících osob. V práci s dětmi klademe důraz na podporu individuality, dbáme na specifické vlastnosti a rozvíjíme a učíme se novým dovednostem. Snažíme se vycházet vstříc také individuálním potřebám rodin, protože šťastné dítě potřebuje spokojenou rodinu. Mezi možnostmi docházky patří 3 až 5 dní týdně v různých kombinacích dopolední a celodenní varianty. Prostory obou dětských skupin se nachází v bezprostředním sousedství parku Havlíčkovy sady (Grébovka) na pomezí pražských Vínohrad a Vršovic. Park Grébovka je pro naši školičku úžasným útočištěm před městským rychlým shonem a děti zde mohou ničím nerušeně prožívat spokojené dětství.



Rybalkova 186/33
101 00, Praha 10 – Vršovice
Tel.: 733 520 600
svrcek@dcprotez.cz
www.skolickagrebovka.cz
ID datové schránky: ur3w2ut

ŠKOLIČKA
GRÉBOVKA



Provozní doba:
pondělí až pátek 8:00–16:00

Diakonie Praha

Cílová skupina uživatelů služeb:

V Praze nabízíme celkem 13 sociálních služeb pro lidi s postižením, rodiny s dětmi, lidi s duševním onemocněním, seniory i osoby a rodiny v krizové situaci.

Popis činnosti organizace:

Diakonie Praha je největším nestátním poskytovatelem sociálních služeb v hlavním městě. Díky své více než třicetileté tradici v oblasti sociálních služeb jsme jednou z klíčových organizací, která pomáhá lidem, jenž se pro svůj mentální a kombinovaný hendikep, onemocnění, věk nebo krizovou životní situaci neobejdou bez podpory druhých.



Vlachova 1502/20
155 00 Praha 13
Tel.: 737 810 024
stredisko@diakonie-praha.cz
www.diakonie.praha.cz
ID datové schránky: uzy6qac

Diakonie
Praha



Provozní doba: nepřetržitá

Dílny tvořivosti, o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé s kombinovaným postižením, lidé s následky po poškození mozku, se závažným chronickým onemocněním, lidé s duševním onemocněním, s mentálním postižením.

Popis činnosti organizace:

Dílny tvořivosti, o. p. s. již od svého vzniku v r. 2003 prostřednictvím sociálních a návazných služeb pomáhají lidem se zdravotním znevýhodněním a lidem ohroženým sociálním vyloučením aktivně se zapojit do společnosti. Poskytujeme sociální služby lidem s různou kombinací diagnóz a postižením, lidem s duševním či chronickým onemocněním.

V současné době poskytujeme dvě registrované sociální služby:

Denní programy sociálně terapeutické dílny nabízí dlouhodobou a pravidelnou podporu lidí se zdravotním znevýhodněním ve věku 18–64 let při rozvoji soběstačnosti, motorických, sociálních a pracovních dovedností. Uživatelům umožňuje bezpečně rozvíjet svůj pracovní potenciál, začlenit se do komunity a běžného způsobu života.

Sociální rehabilitace pomáhá lidem se zdravotním znevýhodněním a duševním onemocněním na ces-

tě z izolace a nelehké životní situace. Věnujeme se dětem a dospělým ve věku 7–75 let, jejich blízkým, neformálním pečujícím bez věkového omezení.



Podskalská 1252/24
128 00 Praha 2
Tel.: 774 372 796
dilny_tvorivosti@seznam.cz
www.dilnytvorivosti.cz
ID datové schránky: zy5cm8x

Provozní doba:
pondělí, úterý, čtvrtek:
8:00–16:00
středa 8:00–17:00
pátek 8:00–15:00

dílny tvořivosti



Domov pro seniory Malešice

Cílová skupina uživatelů služeb:

Senioři a osoby s jiným zdravotním postižením, starší 55 let, příjemci starobního důchodu (výjimečně i příjemci plného invalidního důchodu), dále senioři od 55 let, kteří trpí Alzheimerovou nebo jinou formou demence a z důvodu změn svého zdravotního stavu, úrovně soběstačnosti a individuální sociální situace nemohou setrvávat v domácím, přirozeném prostředí, a to ani za podpory rodiny a návazných terénních sociálních služeb.

Popis činnosti organizace:

Domov pro seniory Malešice poskytuje služby Domov pro seniory a Domov se zvláštním režimem. Tyto služby zahrnují ubytování, stravování, zdravotní a ošetrovatelskou péči, sociální služby, aktivizační, rehabilitační, sociálně terapeutické služby, podpůrnou paliativní péči a další služby (kadeřnictví, pedikúra, kávéna a prodejna občerstvení, knihovna, možnost nákupů u externích prodejců, bohoslužby pro věřící klienty, internet a denní tisk).



Rektorskán 577/5
108 00 Praha 10 – Malešice
Tel.: 274 779 451
asistent@malesicedcs.cz
www.malesicedcs.cz
ID datové schránky: xczx8kx

Provozní doba:
nepřetržitá



Domov pro seniory Zahradní Město

Cílová skupina uživatelů služeb:

Senioři starší 65 let a osoby se zdravotním postižením starší 50 let. Senioři nad 65 let věku, kteří se z důvodu věku či zdravotního stavu ocitli v nepříznivé sociální situaci a potřebují pomoc druhé osoby.

Popis činnosti organizace:

Domov pro seniory
Služba je určena seniorům starším 65 let, kteří se z důvodu věku či zdravotního stavu ocitli v nepříznivé sociální situaci a potřebují pomoc druhé osoby.

Domov se zvláštním režimem

Služba je určena seniorům s chronickým duševním onemocněním starší 65 let, jejichž soběstačnost je snížena hlavně v důsledku syndromu demence.

Přijetí žadatele závisí hlavně na posouzení jeho nepříznivé sociální situace a nemožnosti řešit situaci jinými způsoby. Služby jsou určeny seniorům vysoce závislým na péči druhých osob.

Odlehčovací služba

Cílovou skupinu služby tvoří osoby se zdravotním

postižením starší 50 let, přicházející z domácího prostředí na dobu umožňující pečující osobě nezbytný odpočinek a nabrání sil potřebných k další péči. Maximální doba pobytu činí 3 měsíce.

Ubytování poskytujeme ve dvoulůžkových a jednolůžkových pokojích.

Svou činností podporujeme klienty v soběstačnosti, důstojném způsobu života a dosavadních společenských kontaktech.

Sněženková 2973/8

106 00 Praha 10

Tel.: 272 654 151,

272 654 153

info@dszm.cz

www.dszm.cz

ID datové schránky: m8ev745



Provozní doba:

Služby jsou poskytovány nepřetržitě.

Osobní schůzku (např. pro podání žádosti) si prosíme domluvte předem.

EDA cz, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Rodiny dětí se zrakovým a kombinovaným postižením do 7 let věku dítěte.

Popis činnosti organizace:

Poskytujeme podporu, pomoc a provázení rodinám, ve kterých vyrůstá dítě se zrakovým nebo s kombinovaným postižením, s ohledem na specifické potřeby dětí i rodičů. Služby jsou pro rodiny bezplatné.

Nabízíme odborné služby, poradenství a psychologickou oporu rodinám ve čtyřech krajích České republiky – na území hl. města Prahy, Středočeského, Pardubického a části Ústeckého kraje. Služby jsou poskytovány v domácím prostředí, kde se dítě cítí nejlépe.



Filipova 2013/1

148 00 Praha 4 – Chodov

Tel.: 724 400 820

info@eda.cz

www.eda.cz

ID datové schránky: stzm49h



Provozní doba:

9:00–15:00,

terénní služba po domluvě

Elpida, o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:
Seniorky a seniři.

Popis činnosti organizace:

Elpida je nezisková organizace, která od roku 2003 mění pohled na stáří a vytváří prostor pro aktivní, smysluplné a naplněné stárnutí. Provozuje dvě vzdělávací a kulturní centra v Praze, kde nabízí pestrý program pro seniory: jazykové a počítačové kurzy, přednášky, cvičení, kreativní dílny, poradny či kulturní a komunitní akce. Nabízí také program online a provozujeme unikátní e-learningovou platformu Elbot, která umožňuje seniorům přístup ke vzdělávání kdykoliv a odkudkoliv.

Elpida vydává časopis Vital, provozuje bezplatnou a anonymní Linku seniorů 800 200 007, která pomáhá zvládat obavy, samotu či každodenní obtíže, a nabízí možnost seberealizace prostřednictvím projektu Ponožky od babičky.

Seniři zde nacházejí i pracovní příležitosti, například v komunitní kavárně Stará škola na Smíchově. Elpida rovněž založila pěvecký soubor, pořádá výstavy, workshopy a nahrává podcast OLD's COOL. Jejím cílem je vytvářet podporující prostředí a nové příležitosti pro život ve stáří.



Na Bělidle 252/34
150 00 Praha 5
Tel.: 272 701 335
info@elpida.cz
www.elpida.cz
ID datové schránky: rsjydvds



Provozní doba:
po–čt 8:30–16:00
pá 8:30–13:00



ENVIRA, o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:
Osoby se zdravotním znevýhodněním.

Popis činnosti organizace:

Jsme sociální podnik sídlící na Toulcově dvoře. Toulcův dvůr je historická památka, ve které se nachází rozlehlý přírodní areál a farma hospodářských zvířat. Nabízíme zde práci na chráněných pracovních místech lidem se zdravotním postižením. Vytváříme pracovní prostředí, které respektuje potřeby lidí se znevýhodněním, pomáháme jim rozvíjet jejich dovednosti a získávat sebevědomí. Pracovní uplatnění nabízíme v oblasti gastronomie (barman, pomocný barman, kuchař, pomocný kuchař), péče o přírodní areál a budovy Toulcova dvora (pomocný pracovník v areálu SEV, pomocný technický pracovník), rukodělné dílny (pracovník v keramické rukodělné dílně), zahradnictví (pomocný zahradník a zahradník) a doprovodných služeb (administrativní pracovník). Řídíme se mottem „Šetrně k přírodě, poctivě k člověku“.



Kubatova 32/1
102 00 Praha 10 – Hostivař
Tel.: 777 683 848
bohackova@envira.toulcuvdvur.cz
www.envira.org
ID datové schránky: 8kc6xra



Provozní doba:
7:00–16:00



ERGO Aktiv, o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby se zdravotním postižením, osoby se získaným poškozením mozku.

Popis činnosti organizace:

Centrum neurorehabilitace ERGO Aktiv nabízí bezplatnou odbornou poradnu a rehabilitační služby osobám po CMP (mrtvici). Cílem je zvyšovat kvalitu života mladých lidí po prodělané cévní mozkové příhodě, úrazu hlavy, nebo jiném ZÍSKANÉM POŠKOZENÍ MOZKU (ZPM) a jejich blízkých a hledat cesty, jak snížit počet nových případů ZPM.

Poskytujeme vzájemně provázané, na klienta zaměřené služby, které mají podobu odborné poradny, intenzivní a cílené neurorehabilitace, psychologické podpory a sociální rehabilitace, podpory při návratu do zaměstnání a provázení klientů formou case managementu. Všechny služby vycházejí z hodnocení potřeb klienta, jeho možností, schopností a přání. Každému klientovi je vytvořen individuální terapeutický plán, na jehož plnění pracuje klient s odborníky z neurorehabilitačního týmu (ergoterapeut, fyzioterapeut, sociální pracovník, psycholog, logoped, speciální pedagog, rehabilitační lékař).



Olšanská 2666/7
130 00 Praha 3
Tel.: 732 542 529
poradna@ergoaktiv.cz
www.ergoaktiv.cz
ID datové schránky: gh3rccr

Provozní doba:
pondělí–pátek 8:00–16:30

 **ERGO Aktiv**
Centrum neurorehabilitace
pro osoby se získaným poškozením mozku



ESET-HELP, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé s duševním onemocněním.

Popis činnosti organizace:

Organizace ESET-HELP byla založena v roce 1995. Poskytuje péči o duševní zdraví a snaží se přispívat k jejímu rozvoji. Jednotlivé služby navazují na zdravotnickou péči v oblasti a rozšiřují ji o rehabilitaci a psychosociální poradenství. Sociální služby ESET-HELP jsou registrovány podle Zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. Lidem, kteří se na nás obrátili, pomáháme znovu získat zdravotní, psychickou a sociální stabilitu, obnovit či rozšířit vlastní možnosti a dovednosti a tím překonat jejich nepříznivý stav. Cílem je dosáhnout plnohodnotného a spokojeného života. Služby orientujeme co nejbliže k člověku a jeho přirozenému prostředí. Jsme si vědomi důležitosti a stále rostoucí úlohy komunity pro život jednotlivce i společnosti.

Poskytujeme tyto registrované sociální služby:

- Centrum duševního zdraví ESET
- Chráněné bydlení
- Komunitní terénní tým
- Podpora zaměstnávání
- Centrum denních aktivit



Úvalská 3411/47
100 00 Praha 10
Tel.: 774 186 262
office@esethelp.cz
www.esethelp.cz
ID datové schránky: 2kb7jff

Provozní doba:
po–pá: 9:00–17:00

 **eset-HELP**



Farní charita Praha 1 – Nové Město

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby bez přístřeší.

Popis činnosti organizace:

Poskybujeme ženám v nepříznivé sociální situaci spojené se ztrátou bydlení. Zaměřujeme se na „proženský přístup“, protože ženy potřebují rozdílnou podporu při řešení jejich těžkých životních situací.

Poskytujeme dvě registrované sociální služby:

- Terénní službu – Program Máří, kdy v rámci této služby poskytujeme klientkám jednak podporu v terénu, tak podporu v sociálním bydlení.
- Nízkoprahové denní centrum pro ženy na adrese Žitná 1383/35, Praha 1.



Žitná 1383/35
110 00 Praha 1
Program Máří: 230 234 384
NDC: 724 355 337
reditelstvi@charitapraha1.cz
www.charitapraha1.cz
ID datové schránky: dwsv9an

 Farní charita
Praha 1 – Nové Město

Provozní doba:
po–pá 8:00–16:30



Fokus Praha, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé od 16 let se zkušeností s duševním onemocněním nebo rizikem jeho rozvoje.

Popis činnosti organizace:

Posíláme Fokus Praha je podpora lidí se zkušeností s duševním onemocněním ve spokojeném zvládnutí svého života a v nalézání možností osobní realizace ve společnosti. Jedná se o sociální a zdravotní podporu člověka podle jeho individuálních potřeb. Pracujeme s lidmi ve věku od 16 let, kteří potřebují dlouhodobou podporu nebo specializovanou pomoc. Služby poskytujeme ambulantně v našich prostorách nebo v přirozeném prostředí klientů. Jedno z center duševního zdraví Fokus Praha se nachází v Podskalí a nabízí podporu lidem z Prahy 1, 2 a 10 (Vršovice, Vinohrady). Ostatní služby (například Krizový tým, Tým podpory zaměstnávání, Hvězdáři, Dům u Líbuše, Psychoterapie) pracují s lidmi z celé Prahy.

Poskytujeme komplexní odborné sociální a zdravotní služby:

- individuální spolupráce s klientem na základě jeho potřeb
- podpora zaměstnávání

- podpora bydlení klienta ve vlastní domácnosti
- zdravotní péče a psychotherapeutické programy
- krizová pomoc
- volnočasové aktivity a sociální rehabilitace



Vnislavova 48/4
128 00 Praha 2
(Dolákova 536/24)
Tel.: 774 804 923
cdzpodskali@fokus-praha.cz
www.fokus-praha.cz
ID datové schránky: s27vj8



Provozní doba:
od 8:00 do 17:00



Fosa o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé se znevýhodněním.

Popis činnosti organizace:

Posláním společnosti Fosa je poskytovat lidem se znevýhodněním takovou podporu, aby mohli žít běžným způsobem života v běžném prostředí.

— PODPOROVANÉ ZAMĚSTNÁVÁNÍ:

Služba pomáhá lidem se zdravotním či sociálním znevýhodněním najít a udržet si pracovní místo na otevřeném trhu práce. Uživatelům nabízíme individuální podporu při hledání zaměstnání, tréninku pracovních dovedností i adaptaci na novém pracovišti.

— PODPORA SAMOSTATNOSTI:

Služba umožňuje dospělým lidem s mentálním postižením žijícím na území hl. m. Prahy žít způsobem života běžným pro jejich vrstevníky bez postižení, a to poskytováním podpory při získávání nebo prohlubování dovedností k tomu potřebných a při jejich uplatňování v životě.

— OSOBNÍ ASISTENCE

Služba umožňuje lidem se znevýhodněním žijícím v Praze žít způsobem života běžným pro jejich

vrstevníky, a to poskytováním dlouhodobé a pravidelné osobní pomoci při provádění běžných činností.



Filipova 2013/3

148 00 Praha 4 – Chodov

KONTAKTY NA SOCIÁLNÍ SLUŽBY:

Osobní asistence: 775 350 117

Podporované zaměstnávání: 775 350 116

Podpora samostatnosti: 775 271 910

fosaops@fosaops.org

www.fosaops.org

ID datové schránky: m99b5me

Provozní doba:

pondělí–pátek: 9:00–17:00



Global Partner Péče, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Senioři, osoby s chronickým onemocněním, osoby s kombinovaným postižením, mentálním i zdravotním postižením, starší 19 let.

Popis činnosti organizace:

Poskytovat službu osobní asistence tak, aby se stala nenarušující a přirozenou součástí života uživatelů služeb a jejich rodin v souladu s lidskými právy, zachováním lidské důstojnosti, kde je uživatel rovnocenným partnerem poskytovatele služby.

- Umožnit osobám z naší cílové skupiny, které již potřebují pomoc, zůstat ve svém přirozeném prostředí.
- Předcházet situaci, kdy musí vyhledat službu pobytovou.
- Poskytnout osobám, takovou míru pomoci a podpory, aby byla udržena kvalita jejich života.

Poskytnutí osobní asistence má za úkol poskytnout potřebnou podporu a pomoc lidem se sníženou soběstačností a sebeobsluhou, o které je pečováno v jejich domácím prostředí nebo kteří žijí samostatně ve své domácnosti. Posláním

osobní asistence je individuálně pomáhat osobám v cílové skupině překonávat jejich nepříznivou sociální situaci způsobenou změnou zdravotního stavu nebo vysokým věkem, a to prostřednictvím kvalifikovaného osobního asistenta.



Pobřežní 665/21

Karlín, 186 00 Praha 8

(Středisko Praha,

Dubečská 3131/67

Praha 10 – Strašnice)

Tel.: 601 152 738

lucie.gorschenek@gp.cz

www.gp.cz

ID datové schránky: cm489ja

Provozní doba:

8:00–16:00



Global Partner sociální služby s. r. o.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Senioři (osoby nad 65 let věku), kteří v důsledku svého zdravotního stavu a nepříznivé sociální situace potřebují pomoc a podporu druhé osoby, osoby s chronickým onemocněním (např. osoby po mozkové příhodě, s Parkinsonovou nemocí, roztroušenou sklerózou, Huntingtonovým onemocněním a jiným onemocněním), osoby s tělesným postižením, osoby s kombinovaným postižením.

Popis činnosti organizace:

Naším posláním je poskytovat terénní sociální služby tak, aby klienti mohli co nejdéle zůstat ve svém přirozeném prostředí, a mohli udržovat sociální vazby se svým okolím. Pomoc, podpora a péče vychází z individuálních potřeb klientů, zaměřuje se na podporu jejich samostatnosti a neprohlašuje závislost na sociální službě.

Poskytujeme pečovatelskou službu, osobní asistenci a sociálně aktivizační službu pro seniory a osoby se zdravotním postižením.



Na Škroběch 246
252 25 Jinočany
(středisko Praha –
Dubečská 3131/67, Praha 10)
Tel.: 601 152 738
lucie.gorschenek@gp.cz
www.gp.cz
ID datové schránky: gx85nny

Provozní doba:
8:00-16:00



Green Doors z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby s duševním onemocněním.

Popis činnosti organizace:

Nezisková organizace Green Doors dlouhodobě působí v oblasti duševního zdraví. Předáváme naději, že s duševní nemocí lze pracovat a žít plnohodnotný život. Provozujeme tři tréninkové kavárny, kde poskytujeme pracovní a sociální rehabilitaci pro lidi se zkušeností s duševním onemocněním. Pomáháme lidem v návratu do zaměstnání a doprovázíme je na jejich cestě zotavení. Zároveň aktivně měníme postoje veřejnosti k tématu duševního zdraví. Sociální rehabilitace „Cesta do práce“ sídlí ve Vršovicích, pomáhá lidem se zkušeností s duševním onemocněním při hledání a udržení zaměstnání.

Činnosti služby:

- Pomoc s tvorbou životopisů a motivačních dopisů.
- Společné reagování na pracovní nabídky z pracovních serverů.
- Příprava na pohovor, nácvik pohovoru případně i doprovod na něj.
- Podpora při komunikaci se zaměstnavatelem.

- Pomoc s vyřízením rekvalifikace.
- Kariérní poradenství.
- Zprostředkování pracovní terapie v našich tréninkových kavárnách.
- Pravidelné i nepravidelné kurzy pro skupiny i jednotlivce.



28. pluku 524/25
Praha 10
Tel.: 773 913 052
prijem@greendoors.cz
www.greendoors.cz
ID datové schránky: igb4sda

Provozní doba:
Po telefonické domluvě.



HESTIA – Centrum pro dobrovolnictví, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Děti 6–15 let, zájemci o dobrovolnictví nad 18 let.

Popis činnosti organizace:

HESTIA – Centrum pro dobrovolnictví, z. ú. se zaměřuje na rozvoj a propagaci dobrovolnictví v České republice. Kromě dobrovolnických programů pro rodiny a firmy organizace provozuje web www.dobrovolnik.cz, který slouží jako nástěnka pro poptávku a nabídku dobrovolnictví.

Program Pět P se zaměřuje na děti ve věku 6–15 let, které mají potíže s navazováním a udržováním vztahů z různých důvodů – výchovných, rodinných, sociálních, zdravotních. Podpora probíhá formou dlouhodobého podpůrného vztahu jednoho dítěte a jednoho dospělého dobrovolníka po dobu minimálně 1 roku. Dlouhodobý vztah dítěte s dobrovolníkem vytváří prostor pro růst sociálních dovedností a posiluje sebevědomí dítěte. Dvojice se schází vždy 1x týdně a věnují se volnočasovým aktivitám, které si společně domluví. Při párování dvojic zohledňujeme různé faktory, jako jsou osobnostní charakteristiky, zájmy, ale také vzdálenost bydliště tak, aby dvojice fungovala co nejdéle. Nábor dobrovolníků i dětí probíhá celoročně.



Štefánikova 216/21

150 00 Praha 5

Tel.: 257 328 901,

771 139 364

petp@hest.cz

www.hest.cz

ID datové schránky: w4z9ryf



CENTRUM PRO DOBROVOLNICTVÍ

Provozní doba:

8:00–17:00, nebo dle domluvy



HEWER, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Senioři a osoby s tělesným, mentálním, smyslovým či kombinovaným postižením.

Popis činnosti organizace:

Služba osobní asistence je určena klientům se sníženou soběstačností z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby. Pečujeme o osoby od jednoho roku života, přičemž horní věková hranice klientů není určena. Pomůžeme Vám se zvládáním běžných denních úkonů, jako je péče o vlastní osobu, osobní hygiena, zajištění a podávání stravy, doprovod k lékaři, na úřady, na procházku a podobně.



Černokostelecká 2020/20

100 00 Praha 10

Tel.: 274 781 341

info@hewer.cz

www.hewer.cz

ID datové schránky: k78mhzt



Provozní doba:

Služba osobní asistence je poskytována nepřetržitě – tj. 24 hodin denně, 7 dní v týdnu, včetně svátků.

Provozní doba call centra:

po–pá 8:00–12:00



HOST Home-Start Česká republika, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Rodiny s dětmi do 8 let věku.

Popis činnosti organizace:

Zaměřuje se zejména na:

- Předcházení zanedbávání péče o děti v rodinách, kteří čelí zátěžové životní situaci.
- Zvýšení kompetencí rodiny ve výchově dětí.
- Prohloubení vztahu rodičů s dětmi.
- Aktivizaci k důslednější péči o děti, konkrétně nácvik určitých rodičovských a sociálních dovedností, včetně praktických dovedností v péči o domácnost.
- Aktivizaci rodiny k trávení volného času s dětmi (hra s dětmi, domácí práce s dětmi...).
- Pomoc se sladováním situace při příchodu dítěte zpět z institucionální péče.
- Podporu rodiny k větší samostatnosti (řešit svou situaci, nespolehat na pomoc institucí...).
- Začleňování rodiny do komunity, podpora ve vytváření podpůrné sociální sítě.



V. P. Čkalova 784/22
Praha 6 160 00
Tel.: 272 656 031, 776 800 556
info@hostcz.org
www.hostcz.org
ID datové schránky: k7xmsxx

HOST



Provozní doba:
8:00-17:00

In IUSTITIA, o.p.s. – Poradna Justýna

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby ohrožené předsudečným násilím, oběti předsudečného násilí (tedy osoby, které byly napadeny pro to, kým jsou, či jak vypadají), blízké osoby a sociální okolí obětí a osob ohrožených předsudečným násilím (rodinní příslušníci, partneři, přátelé aj.), pozůstalé osoby po obětech předsudečného násilí, svědci předsudečného násilí.

Popis činnosti organizace:

In IUSTITIA, o.p.s. je jedinou organizací v ČR, která se komplexně a dlouhodobě zabývá tématem předsudečného násilí (tzn. násilí motivovaného předsudky pachatele vůči odlišné charakteristice obětí).

Poradna Justýna je registrovanou sociální službou k poskytování odborného sociálního poradenství a akreditovanou službou k poskytování právních informací. Služby jsou poskytovány obětem, svědkům a rodinným příslušníkům obětí předsudečného násilí, pozůstalým po obětech vražd a obětem násilných trestných činů, kterým byla způsobena těžká újma na zdraví. Služby

sestávají z odborného sociálního poradenství, právních informací, psychologického poradenství a zprostředkování bezplatného právního zastoupení poškozených.

Veškeré služby jsou bezplatné a jsou poskytovány na dvou kamenných pobočkách (v Praze a v Brně) či terénní formou na území celé ČR. K dispozici je i bezplatná telefonní linka.

Eliášova 467/28
160 00 Praha 6
Tel.: 773 177 636
nebo 800 922 922
poradna@in-ius.cz
<https://in-ius.cz>
ID datové schránky: rzc5k7e

Provozní doba:
Po–Pá 9:00–17:00
osobní schůzka
po předchozím objednání



IN IUSTITIA



Institut zdravotně-sociálních služeb, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Senioři, osoby se zdravotním postižením.

Popis činnosti organizace:

Tísňová péče zajišťuje nepřetržité spojení s osaměle žijícími a možnost přivolat pomoc v případě potřeby kdykoli a odkudkoli 24 hodin denně po 7 dnů v týdnu. Naše klienty vybavíme komunikačním zařízením, které zajistí nepřetržité spojení s naším dispečerem. Jsme stále s vámi.



Libušská 60, Praha 4

Tel.: 228 224 923

info@nas-slunovrat.cz

www.nas-slunovrat.cz

ID datové schránky: 9jjupgi

Provozní doba:
nepřetržitě



Integrační centrum Praha

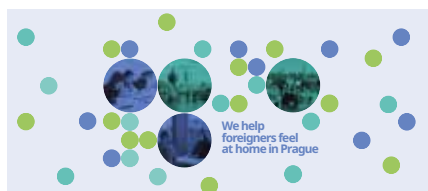
Cílová skupina uživatelů služeb:

Čizinci/ky ze zemí mimo EU, kteří mají na území České republiky povolení k pobytu na dobu delší než 90 dnů nebo jim byla udělena mezinárodní ochrana (azyl nebo doplňková ochrana) či dočasná ochrana.

Popis činnosti organizace:

Pomáháme cizincům cítit se v Praze doma. Provázíme je v aktivní integraci do české společnosti a podporujeme otevřenost ze strany české majority.

Nabízíme poradenství, kurzy českého jazyka, tlu-
močení, doprovody, adaptačně-integrační kurzy
a vzdělávací aktivity.



Žitná 51, Praha 1

Tel.: 252 543 846

info@icpraha.com

www.icpraha.com

ID datové schránky: r48s7e2

Provozní doba:

po–čt: 8:00–12:00, 12:30–16:00

pá: 8:00–12:00



INTEGRAČNÍ CENTRUM SASOV z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby s poruchami autistického spektra a jejich pečující.

Popis činnosti organizace:

INTEGRAČNÍ CENTRUM SASOV z. ú. (ICS) je neziskovou organizací, která již 20 let pomáhá lidem s poruchou autistického spektra (PAS) a jejich rodinám. Cílem našich služeb je co největší míra integrace osob s PAS do běžného prostředí. K tomu směřujeme pomocí nácviků sociálních, školních či pracovních dovedností, sebeobsluhy a péče o domácnost, smysluplného trávení volného času, rozvoje komunikace, samostatnosti atd.

Co nabízíme: odborné konzultace s rodiči, podpůrné skupiny pro sourozence dětí s PAS, skupinové nácviky pro osoby s PAS, individuální nácviky sociálních a školních dovedností, přípravu dětí s PAS na školní prostředí, nácvik komunikačních systémů, půjčování odborné literatury, půjčování speciálních výukových pomůcek, pořádání rodičovských setkání, odborné vedení pedagogických pracovníků, poradenství v oblasti inkluze a integrace.



Pobočka Praha:
U Vršovického nádraží 30/30
Praha 10
Tel.: 725 836 759
paha@icsasov.cz
www.icsasov.cz
ID datové schránky: brngr5x

Provozní doba:
po, út 8:00–18:00
st, čt 8:00–16:00
pá 8:00–14:00



Klub K2, o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Rodiny, děti, rodiče, senioři.

Popis činnosti organizace:

V Klubu K2 vytváříme podnětný prostor pro rodiny, pro děti i dospělé, ve kterém se mohou všichni rozvíjet a růst, společně i každý zvlášť.

Rodinné centrum K2 – Ostružinová 9, Praha 10: Rodinné centrum je místem, kde se setkávají děti, rodiče, celé rodiny z okolí. Navazují vztahy, sdílejí zkušenosti, užívají si společně strávený čas při různých aktivitách. Nabízíme možnost poradit se s odborníky v našich poradnách, vzdělávat se v našich kurzech, na našich seminářích. Pořádáme kurzy, kroužky pro děti, semináře, workshopy, komunitní akce.

Dětské skupiny K2:

V našich dětských skupinách nabízíme podnětné a přátelské prostředí, v němž děti najdou inspiraci a chuť poznávat a hrát si.

- DS Louka – Kubánské náměstí 26
- DS Les – Kubánské náměstí 25
- DS Modrá – Vladivostocká 1034
- DS Zelená – Vladivostocká 1034

Odborné služby:

Kvalifikace a odbornost jsou hodnoty, které rádi předáváme dál. Nabízíme rekvalifikace pro chůvy, konzultace ke standardům kvality v dětských skupinách, hlídání dětí při akcích.



Kubánské náměstí 26
Praha 10
Ostružinová 9, Praha 10
Tel.: 728 564 683
info@klubk2.cz
www.klubk2.cz
ID datové schránky: f8b3rdx

Provozní doba:
po–pá 7:30–20:00



Komunitní centrum Petrklíč, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Senioři a různě tělesně znevýhodněné osoby.

Popis činnosti organizace:

Posláním je poskytovat osobám patřícím do cílové skupiny takovou péči, pomoc a podporu prostřednictvím činností osobní asistence, aby mohli zůstat ve svém přirozeném prostředí i v situaci, kdy potřebují ke svému samostatnému životu pomoc druhé osoby a mohli žít i nadále v co největší míře způsobem, na který byli dosud zvyklí. Také poskytujeme podporu skrze poradnu, půjčovnu kompenzačních pomůcek, dobrovolnického centra a dalších služeb v oblastech, ve kterých ji vzhledem ke svým sníženým schopnostem, dovednostem a možnostem potřebují, a to v takovém rozsahu, který je pro ně nezbytný.



Vinohradská 3217/167
Praha 10 – Strašnice
Tel.: 725 512 319
asistence@petrklisce.cz
www.petrklisce.cz
ID datové schránky: 453ynfv

Provozní doba:
po–pá: 8:00–15:00



Klinika ESET

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé s duševním onemocněním.

Popis činnosti organizace:

Klinika ESET poskytuje komplexní péči lidem s duševními poruchami či potížemi, zejména v oblasti neuróz, poruch osobnosti, depresí, psychóz, závislostí, psychosomatických obtíží a psychologických problémů dětí a mládeže. V přístupu spojuje psychoterapii, biologické hledisko (psychofarmakologie), sociální rozměr s návazností na služby a rehabilitaci i respekt ke kulturním odlišnostem. Na přání nabízí i služby nehrzené pojišťovnami, jako je psychodiagnostika, psychologické či sociální poradenství a programy osobního rozvoje (ve spolupráci s ESET–HELP, z. s.). Odborné týmy tvoří psychiatři, psychologové, sestry a ergoterapeuti. Péče probíhá formou ambulancí, denních stacionářů, skupinové, individuální či rodinné terapie, ergoterapie, léčebných pobytů, terénních služeb Centra duševního zdraví a také klinického koučinku.

Veškerá zdravotní péče je hrazena z veřejného zdravotního pojištění.



Úvalská 3411/47
100 00 Praha 10
Tel.: 272 940 880
info@klinikaeset.cz
www.klinikaeset.cz
ID datové schránky: tsb4j52

Provozní doba:
7:00–20:00



Lata – programy pro mládež a rodinu, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Rodinám s alespoň jedním dítětem ve věku 9–26 let (Rodina (k) sobě, Centrum rodinných konferencí). Dětem a mladým lidem ve věku 12–26 let (Ve dvou se to lépe táhne).

Popis činnosti organizace:

Rodina (k) sobě – Sociálně aktivizační služba pro rodiny s dětmi. Pomáháme rodinám včas řešit problémy, posilovat rodičovské kompetence, zlepšovat komunikaci, nastavovat hranice ve výchově, udržet bydlení a finanční stabilitu.

Ve dvou se to lépe táhne – Poskytujeme podporu a rozvoj dospívajícím a mladým lidem, kteří jsou ohroženi rizikovým chováním a často postrádají stabilní oporu ve svém okolí. Výškolení dobrovolníci jim naslouchají, podporují a pomáhají budovat sebevědomí a zdravé vztahy. Vedení zajišťuje odborný pracovník.

Centrum rodinných konferencí – Pomáháme rodinám připravit a realizovat rodinnou konferenci, kde společně hledají řešení a plán další spolupráce. Posilujeme schopnost rodiny rozhodovat a nést odpovědnost ve vlastních rukou.



Senovážné nám. 24

Praha 1

Tel.: 608 360 035

info@lata.cz

www.lata.cz

ID datové schránky: c2zmyky

Provozní doba:

10:00–16:00

LATA



Letokruh z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Aktivní senioři, osamělí senioři v domácím prostředí, dobrovolníci.

Popis činnosti organizace:

Letokruh se věnuje primární prevenci a aktivizaci seniorů. Je tu pro všechny, kteří chtějí navzdory svému věku zůstat aktivní, pomáhat ve svém okolí a zachovat si tím tak pocit potřeby. Senioři se dobrovolnickými aktivitami realizují v různých oblastech. Mezi jejich nejoblíbenější činnosti patří čtení dětem v mateřských školách, pomoc při doučování, přednášky seniorům, pomoc v knihovnách nebo útlucích pro zvířata atd. Každému dle jeho chuti, zájmu a vzdálenosti bydliště.

Letokruh nabízí také program Společník seniora, kdy prověření seniorští nebo mladí dobrovolníci docházejí za seniory do zařízení sociální péče nebo do jejich domácího prostředí. Prostřednictvím povídání, předčítání či společných procházek pomáhá proměnit chvíle samoty za chvíle radosti. Letokruh ukazuje, že i lidé ve zralém věku jsou pro společnost velkým přínosem. Každý, kdo chce věnovat svůj čas, předávat energii a zkušenosti druhým i navázat nová přátelství, je v Letokruhu srdečně vítán.



Michelská 61/21, Praha 4

Tel.: 603 483 487

info@letokruh.eu

www.letokruh.eu

ID datové schránky: wjrrywwq

Provozní doba:

út, stř, čt 9:00–16:00



Letokruh



Linnet eu s. r. o. (Anděl na drátě)

Cílová skupina uživatelů služeb:

Seniři, osoby se zdravotním postižením, osoby s chronickým onemocněním a dlouhodobě nemocní.

Popis činnosti organizace:

Nepřetržitá 24/7 Asistenční a Tísňová péče „Anděl na drátě“ je určena převážně seniorům a osobám se zdravotním postižením, u kterých se zvyšuje riziko pádu, náhlé nevolnosti, slabosti či kolapsu. Zdraví i život pak závisí na rychlém zajištění pomoci. Jsme registrová sociální služba s pověřením MPSV.

Profesionálně proškolený asistent je s klientem v neustálé komunikaci až do úplného vyřešení celé situace. Uživatel tím získá větší sebedůvěru a nemusí se omezovat ve svých aktivitách a oblíbených činnostech kvůli obavám z nečekaných problémů. Součástí služby je také Linka pomoci a bezpečí, Čtení z knihovny Anděla na drátě, příjem telefonických hovorů a vlastní neomezené volání ze zařízení. Cílem služeb "Anděl na drátě" je vedle ochrany zdraví a života klientů, také podpora komunikace se svými blízkými a přáteli. Přispíváme tím ke zlepšování tělesné i psychické

kondice seniorů a napomáháme k prodloužení hodnotnějšího a spokojenějšího života v jejich přirozeném domácím prostředí.



Karlovo náměstí 84
547 01 Náchod
Tel.: 800 555 655
info@andelnadrate.cz
www.andelnadrate.cz
ID datové schránky: aqkjc6



Provozní doba:
8:00-16:00

Maltézská pomoc, o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Seniři, lidé bez domova.

Popis činnosti organizace:

Pražská pobočka Maltézské pomoci nabízí tři služby zaměřené na podporu seniorů a osob bez domova.

První z nich je osobní asistence pro seniory, poskytovaná přímo v jejich přirozeném prostředí. Asistujeme klientům s každodenními úkony, jako je například hygiena, úklid, stravování či doprovod na procházku. Pomáháme tak seniorům splnit jejich oprávněné přání zůstat co nejdéle doma.

Dále poskytujeme terénní program „Pomoc lidem v sociální nouzi“. Sociální služba je určena lidem bez domova nebo lidem, kteří jsou ztrátou domova bezprostředně ohroženi. Terénní pracovníci pracují s lidmi bez domova v jejich přirozeném prostředí, tedy přímo na ulici nebo prostě tam, kde přebývají.

Nabízíme dobrovolnický program „Adopce seniorů“. Dobrovolníci různého věku a vzdělání jednou týdně navštěvují seniory doma nebo v domovech seniorů. Během návštěvy dělají

klientovi společnost, vyslechnou ho, popovídají si, předčítají knihy, doprovodí na procházku nebo za kulturou.



Lázeňská 485/2
118 00 Praha 1
Tel.: 736 620 807
radka.valiskova@maltezskapomoc.cz
www.maltezskapomoc.cz/praha/
ID datové schránky: vckhm9h



Provozní doba:
pondělí až pátek 9:00-15:00

Mezi námi o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Seniory a děti předškolního a školního věku.

Popis činnosti organizace:

Základním posláním organizace je rozvoj zakladatelské myšlenky z roku 2013, tzn. obnovit přirozené mezigenerační vazby, aby stáří bylo vnímáno jako smysluplná a radostná součást života, kde se předává moudrost, trpělivost a laskavost. Dále podpora pravidelného a plánovaného setkávání mezi seniory, dětmi a osobami v produktivním věku s důrazem na vnitřní motivaci, vzájemnou úctu a objevování.

Od roku 2013 se organizace věnuje především mezigeneračním aktivitám, jejichž cílem je propojit děti a seniory. Obě skupiny si mají co předat a navzájem se obohacují. Setkávání mají formu společných výtvarných a kreativních činností, hraní her, sportovních aktivit nebo čtení pohádek dětem v mateřských školách našimi dobrovolníky, pohádkovými čtecími babičkami a dědečky. Pravidelně připravujeme konference, věnované mezigeneračním aktivitám a sdílení dobré praxe. pořádáme semináře, přednášky a workshopy pro naše dobrovolníky a spolupracovníky. Spolupráce probíhá i na mezinárodní úrovni.



Pujmanové 1219/8
140 00 Praha 4
Tel.: 604 356 300
info@mezi-nami.cz
www.mezi-nami.cz
ID datové schránky: cd3b5e4

Provozní doba:
9:00–16:00



NADĚJE

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé bez domova.

Popis činnosti organizace:

Azylový dům Záběhlíce, K Prádelně 2, Praha 10, nabízí ubytování mužům a ženám bez domova v důchodovém věku nebo se zdravotním znevýhodněním.

Azylový dům Vršovice, Rybalkova 31, Praha 10, nabízí ubytování ženám bez domova.

Úhrada (oba azylové domy) 180 Kč denně.

Terénní program – práce na ulici:

Nabízí podporu lidem bez domova, kteří přežívají ve veřejném prostoru. Pomáhá snižovat ohrožení, kterým jsou tyto lidé vystaveni.

Zázemí služby: Vyšehradská 49, Praha 2.

Terénní program – práce v bytech:

Je určen (bývalým) lidem bez domova, kteří získali, nebo získají nájemní (podnájemní) smlouvu k bytu. Program je zaměřen na podporu při zabydlení a udržení bydlení.

Zázemí služby: Bělehradská 51, Praha 2.



K Brance 11/19e
Praha 13
Tel.: 775 868 858
praha@nadeje.cz
www.nadeje.cz/praha
ID datové schránky: eyi9aqn

Provozní doba:
8:00–16:30

*NADĚJE



Národní ústav pro autismus, z. ú. (NAUTIS)

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé s autismem, jejich blízcí a další lidé kolem nich (učitelé, lékaři, sociální pracovníci, spolužáci, kolegové atp.)

Popis činnosti organizace:

Národní ústav pro autismus, z. ú. (zkráceně NAUTIS) je nestátní nezisková organizace s právní formou ústavu fungující od roku 2003. Jde o největší specializovanou organizaci v ČR zaměřenou na péči o osoby s autismem.

Poskytuje širokou nabídku služeb nejen lidem s autismem, ale i lidem kolem nich – blízkým, spolužákům, učitelům, lékařům atp. Jde o diagnostiku, odborné poradenství, včasnou intervenci, terapie, sociální rehabilitaci, volnočasové aktivity, domov se zvláštním režimem, odlehčovací službu, osobní asistenci, chráněné bydlení, speciálně pedagogické centrum, podporu samostatného bydlení, dětskou skupinu a mateřskou školu. NAUTIS spolupracuje s dalšími českými organizacemi s cílem dosáhnout pokrytí kvalitními a komplexními službami pro lidi s PAS a jejich blízké ve všech regionech země. Angažuje se také v oblasti vzdělávání, osvěty a advokacie. Provozuje sociální podnik, nakladatelství PASPARTA.

Při NAUTIS funguje i divadelní soubor Dr.amAS, kde působí zejména lidé s autismem.



V Holešovičkách 593/1a
182 00 Praha 8
Tel.: 284 684 959
nautis@nautis.cz
www.nautis.cz
ID datové schránky: ee4dhui

NAUTIS
Národní ústav
pro autismus, z.ú.

Provozní doba:
dle střediska, někde 24/7,
někde kratší



Občanské sdružení SEPPIA, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Znevýhodněné osoby v rámci místní komunity na území Prahy 10:

- Senioři
- Rodiny s dětmi a mládež
- Osoby se zdravotním postižením
- Osoby na mateřské/rodičovské dovolené
- Osoby pečující o blízké

Popis činnosti organizace:

Občanské sdružení SEPPIA, z.s. se primárně zaměřuje na podporu a integraci znevýhodněných osob v rámci místní komunity na území Prahy 10.

SEPPIA od roku 2011 nabízí:

- individuální pomoc a poradenství
- vzdělávací a kulturní akce
- podpora místní komunity
- bezbariérové online vzdělávání (webináře, konference, porady)



Kamelova 3260/3
106 00 Praha 10
Tel.: 724 156 667
seppia@seppia.cz
www.seppia.cz
ID datové schránky: m4e8kxk



Provozní doba:
Není určena pevně.
Viz aktuální akce www.seppia.cz,
nebo dle dohody.



Okamžik, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé se zrakovým postižením starší 18 let.

Popis činnosti organizace:

Okamžik, z. ú. je zavedená pražská nezisková organizace, která již od roku 2000 pomáhá lidem se zrakovým postižením v různých oblastech jejich života prostřednictvím dvou státem registrovaných sociálních služeb (Centrum aktivního života zrakově postižených a Poradenské centrum) a dalších projektů.

Koordinuje největší dobrovolnické centrum zaměřené na pomoc nevidomým a dále nabízí pomoc nevidomým rodičům při vzdělávání a rozvoji jejich dětí.

Více na www.okamzik.cz.



Na Strži 1683/40
140 00 Praha 4
Tel.: 775 209 055
okamzik@okamzik.cz
www.okamzik.cz
ID datové schránky: ijxqhsp

Provozní doba:
pondělí–čtvrtek 9:00–17:00
pátek 9:00–13:00



Péče bez překážek, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Pečující osoby, rodiny dětí s postižením.

Popis činnosti organizace:

Sdružujeme a podporujeme rodiny dětí se zdravotním znevýhodněním, zejména s těžšími typy zdravotního postižení. Sdílíme zkušenosti s každodenní péčí. Pořádáme kurzy a semináře pro pečující rodiče. Podporujeme rodiče v osamostatňování dětí se zdravotním znevýhodněním. Prosazujeme lepší dostupnost sociálních služeb v Praze. Sledujeme aktuality v sociální oblasti. Organizujeme rehabilitační plavání pro děti se zdravotním znevýhodněním. Nabízíme bezplatné on-line fyzioporadenství pro pečující.



Rakovského 3162/8
143 00 Praha 4 – Modřany
info@pece-bez-prekazek.cz
www.pece-bez-prekazek.cz
ID datové schránky: ez6fce



Pobytové rehabilitační a rekvalifikační středisko pro nevidomé Dědina, o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Zdravotně postižení.

Popis činnosti organizace:

Středisko poskytuje dvě registrované služby nevidomým a těžce zrakově postiženým dospělým osobám – sociální rehabilitaci a sociálně terapeutické dílny. Na tyto služby navazují specifické rekvalifikační kurzy a následně pracovní uplatnění jejich absolventů. Klientům střediska jsou služby poskytovány ambulantně a pobytovou formou.

Šmolíkova 866/1
161 00 Paha 6
Tel.: 235 325 353,
778 527 873
dedina@dedina.cz
www.dedina.cz
ID datové schránky: p3nikxr



Provozní doba:
pondělí–čtvrtek 8:00–15:00
pátek 8:00–13:00

POHODA – společnost pro normální život lidí s postižením, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Dospělí lidé s mentálním a kombinovaným znevýhodněním.

Popis činnosti organizace:

POHODA poskytuje na území hl. města Prahy 4 sociální služby pro dospělé lidi s mentálním znevýhodněním (jde o intelektové znevýhodnění vrozené nebo získané v raném věku). Naše sociální služby jsou pro ty, kteří se v běžném životě neobejdou bez podpory druhého člověka.

Stacionář POHODA je pro dospělé lidi, kteří chtějí aktivně prožít den, nemohou zůstat sami doma a chtějí získat nebo udržet si dovednosti.

Bydlení POHODA umožňuje samostatný život s podporou a v bezpečném prostředí. Je pro ty, kteří se chtějí zapojit do chodu a vedení domácnosti.

Asistence POHODA umožňuje lidem s mentálním znevýhodněním setrvat doma s podporou a trávit čas podle svého přání. Terénní odlehčovací služba v rámci tohoto programu vytváří čas pro pečující.

POHODA má také terapeutickou dílnu a sociální podnik – kavárnu Bílá Vrána. Průběžně hledá dobrovolníky, kteří se chtějí potkávat s našimi klienty, nebo pomáhat při akcích POHODY.

Roškotova 1737/6, Praha 4
Tel.: 608 360 427
pohoda@pohoda-help.cz
www.pohoda-help.cz
ID datové schránky: kkuj85j



Provozní doba:
9:00–16:00 (kancelář)

Point 50+, o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:
Senioři.

Popis činnosti organizace:

Komunitní centrum nejen pro seniory poskytuje volnočasové aktivity podporující zdravý životní styl a pomoc v internetovém prostředí. Poskytujeme komplexní informační servis o možnostech sociálních služeb, volnočasových aktivitách, zdravém životním stylu, pomoc při orientaci v internetovém prostředí.

- Pořádáme pravidelné besedy na téma zdraví, bezpečnost, finance, moderní technologie, cestování, setkání s osobnostmi z oblasti kultury, sportu, zdravotnictví.
- Nabízíme možnost zapojit se do zájmových kroužků. Ve spolupráci s Českou zemědělskou univerzitou v Praze studujeme programy Virtuální univerzity třetího věku (VU3V).
- V rámci pravidelného cvičení seniorů organizujeme cvičení jógy, pilates a cvičení na židlích s využitím náčiní Smovey.
- Trénujeme paměť a kognitivní funkce mozku. Senioři mají zdarma přístup na internet vč. využití počítačového programu Happy Neuron speciálně zaměřeného na trénink mentální výkonnosti mozku.



Ostružinová 3/2936
106 00 Praha 10
Tel.: 777 905 567
barkajk@seznam.cz
www.point50plus.cz
ID datové schránky: 3xhaskt

Provozní doba:
v době kurzů a po telefonické domluvě



Polovina nebe, o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:
Dospělé osoby se zdravotním postižením a senioři.

Popis činnosti organizace:

Společnost Polovina nebe se od roku 2010 specializuje na alternativní metody ovládání počítače hlasem a na školení v této oblasti. Nabízí osobní asistenci, sociální rehabilitaci v terénních a ambulantních službách. V rámci sociální rehabilitace nabízíme výuku ovládání počítače hlasem s cílem usnadnit přístup k technologiím a najít klientům pracovní uplatnění. Společnost nabízí také IT kurzy pro seniory, zaměřené na bezpečné používání notebooků a chytrých telefonů. Pomáhá sociálně vyloučeným lidem s integrací do společnosti, dbá na jejich důstojnost a práva. Virtuální realita, která podporuje psychické a fyzické zdraví je stejně jako již zmíněné služby poskytována zdarma. Nabízíme i autodopravu pro osoby se zdravotním postižením a seniory. Osobní asistence je dle potřeb klientů a je hrazená dle vyhlášky stanovené státem. Organizujeme veřejné sbírky pro lidi v nouzi a letos pořádáme 11. ročník benefičního koncertu Muzikálem bez bariér k Mezinárodnímu dni zdravotně postižených lidí.



Sídlo organizace:
K dolům 73/65, Praha 4 Modřany
Adresa kanceláře: Na Pankráci 1683/127,
Praha 4 Pankrác – vchod z ulice Hvězdova,
vchod je bezbariérový
Tel.: 725 516 333
info@polovinanebe.cz
www.polovinanebe.cz
ID datové schránky: uvi3ykc

Provozní doba:
pracovní dny od 8:30
do 17:00 hodin nebo dle domluvy



Poradna pro integraci, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Cizinci a azylanti.

Popis činnosti organizace:

Sociální služby pro cizince a migranty – odborné sociální poradenství, sociálně aktivizační služba pro rodiny s dětmi, psychosociální podpora pro ohrožené děti a mládež vyžadující vysokou intenzitu péče.

Opletalova 921/6
Praha 1
Tel.: 603 281 269
praha@p-p-i.cz
www.p-p-i.cz
ID datové schránky: u2dnnn8

Provozní doba:
9:00–17:00



PRO Gaudia, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby s těžkým, onkologickým nebo dlouhodobým onemocněním.

Popis činnosti organizace:

PRO Gaudia, z. ú. poskytuje dostupnou psycho-terapeutickou a psychosociální podporu onkologickým a jinak dlouhodobě a vážně nemocným osobám, osobám umírajícím, jejich rodinám a osobám blízkým a zdravotnickým pracovníkům od roku 2003.



Jeseniova 47
Praha 3 – Žižkov
Tel.: 771 150 126
info@progaudia.cz
www.progaudia.cz
ID datové schránky: 92wdm32

Provozní doba:
9:00–16:00

PROgaudia



Progressive o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby ohrožené závislostí, osoby závislé.

Popis činnosti organizace:

Progressive o. p. s. je nezisková nestátní organizace působící v oblasti adiktologických služeb od roku 2003. Již od svého vzniku se organizace zaměřovala na nízkoprahové, především na harm reduction programy. V minulosti rovněž organizace provozovala nízkoprahové kluby pro děti a mládež.

Programy organizace vychází z filozofie minimalizace rizik fenoménu užívání návykových látek a ochrany veřejného zdraví. Organizace je poskytovatelem registrovaných sociálních a registrovaných zdravotních služeb. Mezi konkrétní programy, které organizace provozuje, patří terénní program, kontaktní centrum, zaměstnávání a resocializace uživatelů návykových látek, ambulantní služby, case management, adiktologické a psychiatrické služby.



Minská 774/6
101 00 Praha 10
Tel.: 284 811 328
progressive@progressive-ops.cz
www.progressive-ops.cz
ID datové schránky: qvw4q73

Progressive

Provozní doba:
9:00-17:00



Prostor plus o. p. s. – Program Pilot OSPOD

Cílová skupina uživatelů služeb:

Ohrožené děti, dospívající, rodiny.

Popis činnosti organizace:

Program Pilot nabízí bezplatné poradenské a terapeutické služby dospívajícím a jejich rodinám v péči orgánů sociálně-právní ochrany dětí. Služby poskytujeme klientům pražských či středočeských OSPOD, zejména dětem ve věku 12–18 let a případně i jejich blízkým. Poskytujeme odbornou podporu při zvládání psychologických či sociálních obtíží nebo při překonávání těžkých životních situací v rodině.

Nabízíme:

- dlouhodobou individuální terapeutickou spolupráci s dospívajícím dítětem či jeho blízkými
- poradenství, podporu při rozhodování, mapování potřeb, zorientování v situaci
- podporu při zvládání obtíží ve vztazích s druhými či k sobě
- pomoc při zvládání životních krizí a mezníků
- podporu spolupráce v síti služeb, pomoc při jednání s institucemi
- psychologickou diagnostiku, testování
- nezdravotnické konzultace psychiatra



Ječná 2, Praha 2
Tel.: 771 127 551
stanislav.kunc@prostor-plus.cz
www.prostor-plus.cz
ID datové schránky: 4xbn84r

:prostor

Provozní doba:
10:00-18:00



REEDIUM Praha o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Občanská poradna REMEDIUM – Osoby v tíživé životní situaci bez omezení věku.

Klub REMEDIUM – lidé v důchodovém věku.

Popis činnosti organizace:

Občanská poradna REMEDIUM: Poskytujeme bezplatné, anonymní, nestranné a nezávislé odborné sociální poradenství lidem, kteří se ocitli v obtížné životní situaci. Poskytujeme poradenství v oblasti dluhů, bydlení, ochrany spotřebitele, sociálních dávek, pořízení pro případ smrti, rodinným a mezilidských vztahů, majetkoprávních vztahů atd.

Klub REMEDIUM: Centrum aktivit pro seniory nabízí zdarma službu lidem, kteří se cítí osamělí, hledají společnost nebo radu a pomoc při zvládnutí životních událostí. Součástí této služby je i nabídka účasti v různých skupinách s podpůrným a společenským zaměřením.

Dále nabízí všem seniorům z celé Prahy řadu aktivit zaměřených na zdraví a vzdělávání, např. kurzy jazyků, cvičení, práce s chytrým telefonem i na počítači, ARTE dílnu, trénování paměti, jarní a podzimní výlety. Cena kurzů je 95,-/60 min.

Občanská poradna:

Křišťanova 15, Praha 3

Klub REMEDIUM:

Táboritská 22 (zadní trakt), Praha 3

Občanská poradna: 735 613 901

Klub REMEDIUM: 222 712 940

obcanskaporadna@remedium.cz

senior@remedium.cz

www.remedium.cz

www.vstupujte.cz

ID datové schránky: geyabxs



REEDIUM
PRAHA



Provozní doba:

Občanská poradna:

po, út, čt: 8:30–11:30, 12:30–15:30

str: 8:30–11:30, 13:00–16:30

Klub REMEDIUM:

po–čt 9:00–17:30

pá 9:00–16:00

v létě pátek zavřeno

Rodinné a komunitní centrum Jablíčkov, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Rodiny s dětmi.

Popis činnosti organizace:

Vytváříme přátelský prostor pro setkávání rodin s dětmi, smysluplné trávení volného času, společný růst, podporu a sdílení.

- Pro rodiče s dětmi od novorozenců po batolata nabízíme dopolední kurzy, pro děti od 3 do 18 let máme širokou nabídku odpoledních zájmových kroužků (pohybové, hudební, výtvarné aj.).
- Pro děti se zdravotním znevýhodněním máme speciální volnočasové kroužky i možnost integrace do našich běžných kurzů.
- Pro dospělé nabízíme aktivity, kde si mohou vydechnout i se seberealizovat (cvičení, angličtinu, keramiku aj.).
- Dále pořádáme jednorázové akce pro celou rodinu, jejichž cílem je podporovat komunitní soužití a oživení vztahů mezi lidmi. Nabízíme také semináře a workshopy na různá témata spojená s výchovou, rodičovstvím a seberozvojem.

Provozujeme registrovanou dětskou skupinu, v létě pořádáme příměstské tábory.

V Jablíčkově je možné využít celé škály poradenství (psychologické a výchovné, kariérní, s fyzioterapeutkou, pro rodiče dětí se speciálními potřebami aj.).

hlavní sídlo:

Jablíčkov Malešice,

Bytový dům Malešice

(1. patro naproti jídelně), Počernická 524/64,

Praha 10 – Malešice



nová pobočka: Jablíčkov Murmanská,

Klub Výdech, Murmanská 1245/15,

Praha 10 – Vršovice

Tel.: 734 703 201

info@jablickov.cz

www.jablickov.cz

ID datové schránky: c3wujcf



Provozní doba:

po–pá dle pravidelných kurzů,
o víkendu dle akcí

ROSA – centrum pro ženy, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Ženy – oběti domácího násilí.

Popis činnosti organizace:

ROSA – centrum pro ženy pomáhá ženám obětem domácího násilí prostřednictvím tří registrovaných služeb:

- odborné sociální poradenství (Informační a poradenské centrum ROSA)
- krizová pomoc (ROSALIN centrum komplexní krizové pomoci obětem domácího násilí, forma terénní a pobytová)
- azylové ubytování s utajenou adresou

Telefonická krizová pomoc – bezplatná nonstop linka pro ženy zažívací domácí násilí 116 016



Na Slupi 1483/14,
128 00 Praha 2
Tel.: 800 605 080
info@rosacentrum.cz
www.rosacentrum.cz
ID datové schránky: runrmkd



ROSA centrum pro ženy

Provozní doba:

Bezplatná telefonická krizová pomoc na 116 016 nepřetržitě.

Krizová pomoc a azylové ubytování nepřetržitý provoz.

Informační a poradenské centrum:

pondělí a úterý 9:00–18:00
středa 9:00–17:00
čtvrtek 9:00–16:00
pátek 9:00–12:00



Rytmus – od klienta k občanovi, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé s mentální poruchou.

Popis činnosti organizace:

Rytmus – od klienta k občanovi, z. ú. je nevládní nezisková organizace, která od roku 1994 podporuje lidi se zdravotním postižením (především mentálním) v aktivním začleňování do života a to ve škole, v práci, v místě bydliště i při volnočasových aktivitách.

Využíváme přirozených zdrojů podpory ve společnosti. Volíme individuální přístup. Podporujeme lidi v uplatňování jejich práv. Činíme tak prostřednictvím poskytování sociálních služeb a realizací tematických akcí.

Lidem se zdravotním postižením nabízíme:

- sociální službu podpora samostatného bydlení
- sociální službu sociální rehabilitace
- sociální službu odborné sociální poradenství



Londýnská 309/81
Praha 2
Tel.: 224 251 610
rytmus@rytmus.org
www.rytmus.org
ID datové schránky: mkxccc4t



Provozní doba:

pondělí–pátek 9:00–17:00



Senecura Seniorcentrum Štěrboholy

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé, kteří dosáhli 60 let věku, jejichž potřeba sociální a zdravotní podpory je taková, že jim neumožňuje pobyt v domácím prostředí. Lidé, kteří dosáhli 55 let věku, jejichž potřeba sociální a zdravotní podpory způsobená Alzheimerovou chorobou, stařeckou demencí je taková, že jim neumožňuje pobyt v domácím prostředí.

Popis činnosti organizace:

Poslání „Život pokračuje s námi – podporujeme seniory zachovávat důstojný život a soběstačnost v příjemném prostředí.“

Pomáháme těm nejzranitelnějším udržet anebo opět získat životní energii, zároveň poskytujeme jistotu a klid jejich rodinám.

Cíl služby:

- Podporovat klienta v udržení soběstačnosti a v základních úkonech sebeobsluhy (podpořit v soběstačnosti v oblasti stravování, hygieny, hybnosti).
- Zachovat u klientů stávající zdravotní stav, popřípadě podporovat jeho zlepšení.
- Podporovat klienta v udržování kontaktu s rodinou, přáteli a společenským prostředím.

- Vytvářet podmínky pro aktivní trávení volného času a podpořit v rozumných, smyslových a motorických dovednostech.



Senecura
SeniorCentrum Štěrboholy
 Kryšpínova 607/1, Praha 10
 Tel.: 604 489 451
sterboholy@senecura.cz
www.praha-sterboholy.senecura.cz
 ID datové schránky: vv3stnd



Provozní doba:
 pondělí–pátek 8:00–16:30



Sestřička SOS, z.ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Senioři, osoby se zdravotním postižením, osoby s chronickým onemocněním, osoby s tělesným postižením, osoby se syndromem demence či Alzheimerovou chorobou, pečující osoby a rodiny.

Popis činnosti organizace:

Poskytování tíšňové péče a odborného sociálního poradenství.

Tíšňová péče je nepřetržitá služba dohledu nad uživateli v domácím prostředí přes monitorovací zařízení s okamžitou reakcí na krizové stavy – nevolnost, pád a pod. Dle přání a potřeb můžeme připomínat léky, ověřovat pravidelně zdravotní stav a nebo si s klientem služby povídat. Předcházíme tak pocitu osamění, podporujeme uživatele v jejich přirozeném prostředí, reagujeme na jejich potřeby, aktivizujeme je. Monitorovací zařízení slouží také pro komunikaci mezi klientem a rodinou, pokud uživatel neovládá již obsluhovat mobilní telefon.

Odborné sociální poradenství je poskytováno zejména terénní formou v přirozeném prostředí žadatelů nebo distančně. Dokážeme pomoci s nastavením sociální i zdravotní péče, se stabilizací nepříznivé životní situace a orientací v sociálních dávkách. Jsme odborní poradci pro osoby se syndromem demence a Alzheimerovou chorobou.

Budějovická 778/3
140 00 Praha 4
Tíšňová péče:
722 947 830, 720 947 193
Odborné sociální poradenství:
775 475 332, 607 011 788
sos@sestricka.cz
dispecink@sestricka.cz
www.sestrickasos.cz
 ID datové schránky: smuqfqm



Provozní doba:
 tíšňová péče nepřetržitě
 odborné sociální poradenství 8:00–17:00

Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR, z. s. (SONS ČR)

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby se zrakovým postižením.

Popis činnosti organizace:

SONS poskytuje služby a informace lidem se zrakovým znevýhodněním, které vedou k rozvoji jejich samostatnosti.

Sociální služby:

- Odborné sociální poradenství.

Sociálně aktivizační služby:

- Poskytujeme podporu a procvičování v činnostech směřujících ke zvýšení soběstačnosti, dále pořádáme vzdělávací, kulturní a sportovní aktivity.

Služba Tyflokabinetu:

- Poskytujeme konzultace v oblasti elektronických kompenzačních pomůcek.

Sociální rehabilitace:

- Středisko výcviku vodicích psů zajišťuje výcvik vodicích psů a servis jejich držitelům.

Další služby:

- Digitalizace a technická podpora: spravuje Knihovnu digitálních dokumentů, zajišťuje digitalizaci textů, tisk v Braillově písmu apod.
- Navigační centrum: nabízí vyhledání dopravního spojení, telefonních čísel nebo jiných kontaktů; vypracování itinerářů – popisů tras – pro pohyb v neznámém prostředí.
- Prodejna tyflopomůcek: nabízí velký sortiment běžných kompenzačních pomůcek, včetně úplného sortimentu bílých a červenobílých holí.

Krakovská 21
110 00 Praha 1
Tel.: 221 462 462

sons@sons.cz

www.sons.cz

ID datové schránky: upxn2eh

Provozní doba:

dle jednotlivých služeb



Sousedský klub – Spolek Vrána, z.s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Senioři a lidé se zdravotním postižením, věk 50+. Do cílové skupiny spadají osoby osamocené nebo ohrožené sociálním vyloučením z důvodů svého stáří, zdravotního stavu nebo postižením.

Popis činnosti organizace:

V Sousedském klubu klienti služby navazují nové kontakty s lidmi ze svého okolí. Služba napomáhá k rozšíření každodenních aktivit o smysluplnou náplň v podobě akcí, které Sousedský klub pořádá. V rámci této služby mají klienti možnost rozvíjet své zájmy a také se zapojovat do společnosti.

V rámci služby dochází k zprostředkování kontaktu se společenským prostředím: zájmové, vzdělávací a volnočasové aktivity, sociálně terapeutické činnosti: socioterapeutické činnosti, jejichž poskytování vede k rozvoji nebo udržení osobních a sociálních schopností a dovedností podporujících sociální začleňování osob a pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí: pomáháme při komunikaci, která vede k uplatňování práv a oprávněných zájmů klientů a pomáháme také při vyřizování běžných záležitostí. V rámci služby je klademe důraz na komunitní, sousedské vztahy.



Vršovická 695/81

100 00 Praha 10

Tel.: 777 077 744

pomoc@sousedskyklub.cz

www.sousedskyklub.cz

ID datové schránky: jhevik

Provozní doba:

st 9:00–12:00, pá 9:00–12:00



Společnost DUHA, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Dospělí lidé s mentálním znevýhodněním.

Popis činnosti organizace:

Společnost DUHA poskytuje dospělým osobám s mentálním znevýhodněním 3 sociální služby:

- Pobytová služba = chráněná bydlení, která nabízí klientům bydlení v celkem 19 bytech po celé Praze.
- Terénní služba = podpora samostatného bydlení, která dochází do domácnosti klienta a podporuje ho ve zvládnutí samostatného života.
- Ambulantní službu = Centrum denních služeb: Nová Duha na Černém Mostě; Centrum denních služeb: Galerie Duhovka ve Vysočanech. V obou centrech mohou klienti aktivně trávit den a užít si společnost.



Fügenerovo nám. 5
120 00 Praha 2
Tel.: 602 610 693
duha@spolecnostduha.cz
www.spolecnostduha.cz
ID datové schránky: mic7cjlw

Provozní doba:
8:30–16:30



Společnost E / Czech Epilepsy Association, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Lidé s epilepsií a jejich blízcí.

Popis činnosti organizace:

Ve Společnosti E dodáváme lidem s epilepsií a jejich blízkým sílu zvládat náročné životní situace napříč celou ČR a zlepšujeme postavení a roli lidí s epilepsií ve společnosti.

Činnost a podpora Společnosti E stojí na 4 základních pilířích:

- Poskytujeme odborné psychosociální poradenství, peer podporu, virtuální skupiny a realizujeme advokacii.
- Vzděláváme lidi s epilepsií a veřejnost formou besed, webinářů a publikační činnosti.
- Sociálně podnikáme v naší květinové dílně Aranžérii.
- Šíříme osvětu a snižujeme předsudky o epilepsii.

Lišková 959/3
142 00 Praha 4
Tel.: 702 005 678
info@spolecnost-e.cz
www.spolecnost-e.cz
ID datové schránky: zv76736

Provozní doba:
po–st 8:00–15:00 dále dle dohody



Společnost Parkinson, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Pacienti s Parkinsonovou chorobou.

Popis činnosti organizace:

Společnost Parkinson, z. s., s celostátní působností sdružuje cca 600 pacientů, kterým naše společné aktivity prokazatelně a výrazně zlepšují psychický i fyzický stav. Členové klubů se setkávají na společném cvičení s odborným vedením, pobytech spojených s rehabilitací, na kulturních a společenských akcích. Třikrát do roka vydáváme časopis, který je rozeslán všem členům a spolupracujícím odborným pracovištím. Jsou zde užitečné informace o nových možnostech léčby příznaků PN, výsledků výzkumu PN a sdílené příběhy pacientů.

Volyňská 933/20

100 00 Praha 10

Tel.: 774 443 561

kancelar@spolecnost-parkinson.cz

www.spolecnost-parkinson.cz

ID datové schránky: 4dj9ejc

SPOLEČNOST
PARKINSON, z. s.



Provozní doba:
po domluvě

Společnost pro ranou péči, z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Děti od narození do 7 let věku se zrakovým či kombinovaným postižením nebo předčasně narozené děti.

Popis činnosti organizace:

Poskytujeme odbornou terénní službu rodinám s dětmi od narození do 7 let se zrakovými vadami nebo jiným kombinovaným postižením. Poradkyně rané péče navštěvují rodiny v domácím prostředí, kde je podporují v péči o dítě, rozvoji jeho schopností a komunikaci. Služba je bezplatná a individuálně přizpůsobená potřebám každé rodiny. Pomáháme rodičům získat potřebné informace, psychickou oporu i praktické dovednosti. Spolupracujeme s odborníky z oblasti zdravotnictví, školství i sociálních služeb. Naším cílem je, aby děti s postižením mohly vyrůstat doma a rodiny měly dostatečnou podporu pro zvládnutí náročné životní situace.



Klimentská 1203/2

110 00 Praha 1

Tel.: 777 235 630

centrum@ranapece.cz

www.ranapece.cz

ID datové schránky: yuhiszr



Společnost
pro ranou péči



Provozní doba:
pondělí–pátek: 8.00–18.00

SPOLEČNOU CESTOU z. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Rodiny s dětmi, senioři, osoby se zdravotním postižením, osoby v tíživé sociální situaci.

Popis činnosti organizace:

Posláním SPOLEČNOU CESTOU z. s. je podpora samostatnosti a odpovědnosti občanů za řešení vlastních problémů a nabídka praktické pomoci v krizových a náročných životních situacích. Za účelem naplňování poslání nabízíme tři registrované sociální služby:

Občanská poradna Společnou cestou – komplexní bezplatné odborné sociální poradenství v oblastech rodinného a pracovního práva, dluhů a exekučního a insolvenčního řízení, bydlení, sociálního zabezpečení apod. Poradna je akreditovaná osobou pro sepsání a podání návrhů na oddlužení.

Aktivizace rodin Společnou cestou – individuální podpora rodin s dětmi v tíživé sociální situaci, kterou nejsou schopny zvládnout samy (podpora v oblasti rodičovských kompetencí, bydlení, pracovního uplatnění, hospodaření s finančními prostředky, výchovných problémů dětí, školní úspěšnosti dětí apod.).

Azylové ubytování Společnou cestou – služba azylového domu pro rodiny s dětmi, které se ocitly bez bydlení nebo bezpečného zázemí.

Občanská poradna:
Spytihněvova 162/4, Praha 2
www.spolcest.cz



E-mailové dotazy: dotazy@spolcest.cz
Konzultace a objednání na čísle 223 011 642
pondělí: 9:00–12:00 a 13:00–15:00
úterý: 9:00–12:00 a 13:00–17:00
středa: 9:00–12:00 a 13:00–15:00
čtvrtek: 9:00–12:00 a 13:00–17:00

Osobní konzultace po předchozím objednání.

Aktivizace rodin:
pondělí–čtvrtek: 8:00–17:00
(ambulance, terén)
pátek: 8:00–14:00 (ambulance, terén)
Tel.: 725 102 793 a 737 853 046

Azylové ubytování:
celoroční provoz
Tel.: 272 950 984



Spolek KOLUMBUS

Cílová skupina uživatelů služeb:

Pacienti s duševním onemocněním.

Popis činnosti organizace:

Naše organizace pomáhá lidem s duševním onemocněním zařadit se zpět do běžného života, ať již formou psychické podpory, doprovodu, osvětovou činností, přednáškovou činností, nebo jen obyčejnou návštěvou takto postiženého. Jádrem naší činnosti tvoří pacientští důvěrníci a advokáti, podpůrci, kteří nahrazují prázdné místo v nemocnicích, kde nemají, kdo by se těmto lidem věnoval a doprovázel je po úřadech, lékařích mimo nemocnici i v areálu. Jde o projekt "buňka". Veškerá služba je bezplatná. Edukační přednášky pořádáme pro pacienty i personál v psychiatrických nemocnicích. Naši klienti a zaměstnanci spolku též tvoří, vystavují svá díla na různých výstavách, jde zejména o obrazy. Vedeme rehabilitační počítačovou učebnu na Praze 2, pořádáme výlety a organizujeme rehabilitační pobyty pro členy. Sloužíme duševně nemocným spoluobčanům.



Keplerova 712/32
400 07 Ústí nad Labem
Tel.: 774 279 358
reditel@spolekkolumbus.cz
www.spolekkolumbus.cz
ID datové schránky: ztgqn85

Provozní doba:
10:00–18:00



Streetwork Beztíže, Dům dětí a mládeže Praha 3 – Ulita

Cílová skupina uživatelů služeb:

Děti a mládež ve věku 6–26 let v nepříznivé sociální situaci.

Popis činnosti organizace:

Ohrožené děti a mládež vyhledáváme přímo v jejich přirozeném prostředí – v ulicích Prahy, parcích, na hřištích, ubytovnách, ale i v obchodních centrech. Všude tam aktivně kontaktujeme mladé lidi ve věkovém rozmezí od 6 do 26 let, kteří se ocitli v nepříznivé sociální situaci, jsou ohroženi negativními sociálními jevy anebo jim hrozí sociální vyloučení, a následně jim nabízíme či zprostředkováváme pomoc. Naše terénní pracovníce a pracovníci tak podporují mladé lidi v celé plejádě témat, ať už se jedná o duševní zdraví, rodinné či partnerské vztahy, školu a doučování, hledání práce, řešení otázek spojených s rodičovstvím nebo dluhy, ale i drogové závislosti. Mladší děti pak hlavně motivujeme ke smysluplnému trávení volného času a sebezrovoji.

Často jsme také prostředníky v kontaktu mezi rizikovou mládeží a většinovou společností a snažíme se přispívat k hladkému soužití v místní komunitě.



Na Balkáně 2866/17a
130 00 Praha 3
Tel.: 774 728 638
hruskova@ulita.cz
www.beztize.cz
ID datové schránky: niuybd8



Provozní doba:
pondělí, středa, čtvrtek:
14:00–19:00; v zimních měsících
(listopad, prosinec, leden, únor) 13:00–18:00

Středisko prevence a léčby drogových závislostí DROP IN, o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Uživatelé nealkoholových drog, jejich rodiny a blízcí.

Popis činnosti organizace:

Středisko prevence a léčby drogových závislostí Drop In je nestátní organizace zaměřující se na poskytování zdravotnických služeb (zajišťovaných společností DROP IN, s. r. o.) a sociálních služeb (zajišťovaných organizací Drop In, o. p. s.) především uživatelům nealkoholových drog, jejich rodinám a blízkým. Již od svého vzniku v roce 1991 prosazuje racionální přístup k drogové problematice zaměřený na principy snižování škod (tzv. Harm reduction) a ochranu veřejného zdraví.

Karolíně Světlé 286/18
110 00 Praha 1
Tel.: 222 221 124
stredisko@dropin.cz
www.dropin.cz
ID datové schránky: 6tynekb



Terénní program Drop In, o. p. s.:

Tel.: 731 315 214
street@dropin.cz
pondělí až pátek 12:00–17:00
sobota a neděle 14:00–16:00
pondělí 21:00–23:30, středa 21:00–23:00,
čtvrtek 21:00–23:00

Nízkoprahové středisko Drop In, o. p. s.:

Tel.: 222 221 431

Centrum metadonové substituce Drop In, o. p. s.:

Tel.: 283 851 020

Centrum následné péče Drop In, o. p. s.:

Tel.: 257 326 080

Adiktologická ambulance Drop In, o. p. s.:

Tel.: 731 836 227

Centrum primární prevence Drop In, o. p. s.:

Tel.: 734 158 220

Tvoje šance Drop In, o. p. s.:

Tel.: 603 877 885

Svaz tělesně postižených v České republice z. s. obvodní organizace Praha 10

Cílová skupina uživatelů služeb:

Dospělé osoby se zdravotním postižením a senioři.

Popis činnosti organizace:

Jsme samostatnou nezávislou a neziskovou organizací. Naši činnost provádíme prostřednictvím funkcionářů a dobrovolných pracovníků, kteří se chtějí na činnosti Svazu podílet.

Pomáháme zajišťovat potřeby a zájmy svých členů. Informujeme je o změnách v sociální oblasti, pomůžeme s výběrem i doporučením vhodné zdravotní pomůcky. Pořádáme rehabilitační pobyty. Máme kroužek šití a k dispozici je masér a kosmetička.



Murmanská 1246/13
100 00 Praha 10
Tel.: 736 509 857,
724 033 037
stp-p10.holubova@volny.cz
a.16@seznam.cz
www.svaztp.cz
ID datové schránky: qumi4na



Provozní doba:

Každé první pondělí v měsíci 13:00–16:00

Terapeutické centrum Modré dveře z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Všichni bez omezení věku.

Popis činnosti organizace:

V našem centru nabízíme služby krizové pomoci, základního sociálního poradenství a individuální, rodinnou a párovou psychoterapii. Krizová pomoc je vhodná pro každého, kdo se ocitl v takové situaci, kterou nedokáže zvládnout vlastními silami. V jejím rámci si můžete promluvit o svých myšlenkách a pocitech s někým, kdo naslouchá, zorientovat se v obtížné životní situaci a naplánovat si další kroky. Pokud potřebujete pouze praktické informace, přijďte si pro základní sociální poradenství. Tyto dvě služby jsou poskytovány anonymně a zdarma. Můžete přijít bez objednání, nebo si domluvíte termín. Telefon však neslouží jako krizová linka.

Další informace najdete na www.modredvere.cz



Hornokráská 707/7
140 00 Praha 4
Tel.: 725 515 934
centrum.praha@modredvere.cz
www.modredvere.cz
ID datové schránky: s38nup5



Modré dveře
TERAPEUTICKÉ CENTRUM



Provozní doba:

8:00–16:00

Tichý svět, o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby se sluchovým a kombinovaným postižením, senioři.

Popis činnosti organizace:

Tichý svět, o. p. s. od roku 2006 poskytuje osobám se sluchovým a kombinovaným postižením všestrannou podporu v podobě sociálních služeb, které jim ulehčují začlenění se do společnosti. Naše služby poskytujeme nejen v rámci celé České republiky jak terénně, tak i ambulantně, ale také po celé Praze, přičemž jsme schopni přijet za klientem do jakékoliv části Prahy a poskytnout mu podporu přímo tam, kde ji potřebuje. Nabízíme sociální rehabilitaci, odborné sociální poradenství a tlumočnické služby.



Na Strži 1683/40
140 00 Praha 4
Tel.: 720 062 211
sandra.weissova@tichysvet.cz
www.tichysvet.cz
ID datové schránky: 2sfe26j



Provozní doba:

Ambulantní doba: út a čt

od 9:00 do 16:00

Terénní doba: po až pá od 8:00 do 16:00

Jiné časy dle domluvy.

Tyfloservis, o. p. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby se zrakovým postižením.

Popis činnosti organizace:

Projekt Tyfloservis pomáhá od roku 1991 nevidomým a slabozrakým lidem získat potřebné informace a praktické dovednosti, díky nimž mohou žít samostatněji a nezávisleji na cizí pomoci.

Terénní a ambulantní služby jsou lidem se zrakovým postižením poskytovány zdarma prostřednictvím sítě 13 krajských středisek. Nevidomí a slabozrací lidé se v Tyfloservisu učí například samostatně se pohybovat v prostoru s bílou holí, postarat se o svou domácnost, číst a psát Braillovo bodové písmo nebo psát na klávesnici počítače. Zároveň se mohou seznámit s různými druhy kompenzačních a rehabilitačních pomůcek. Každoročně se na Tyfloservis obrátí více než 2 500 nevidomých a slabozrakých klientů.

Cílovou skupinu projektu představují lidé s těžkou zrakovou vadou (slabozrací i nevidomí) ve věku 15 let a více, kteří mohou mít i další zdravotní postižení. Službu mohou využívat jak lidé, kterým se výrazně zhoršil zrak v průběhu života, tak i lidé zrakově handicapovaní od narození.



Krakovská 1695/21
110 00 Nové Město
Tel.: 221 462 362
praha@tyfloservis.cz
www.tyfloservis.cz
ID datové schránky: hxuy7au



Provozní doba:

K návštěvě střediska je vždy nutné se předem objednat.

Ústav Chytré péče, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Senioři, osoby se zdravotním postižením, pečující osoby, samozivitelé, osoby v krizi, dlužníci, pozůstalí, cizinci.

Popis činnosti organizace:

Provozujeme několik bezplatných sociálních služeb:

- Odborné sociální poradenství: např. sociální zabezpečení (příspěvky a dávky), náhradní výživné, dědictví, bydlení, majetkové vztahy, příjmy, nezaměstnanost, mezilidské vztahy, pracovněprávní vztahy.
- Dluhová poradna: sepsání a podání insolvenčního návrhu, spojené s návrhem na povolení oddlužení, provádíme dlužníky procesem oddlužení, pomoc s komunikací se soudy, insolvenčními správci, exekutory a věřiteli.
- Poradenství a podpora pro pozůstalé: prakticky i psychicky.
- Terapie pro seniory a pečující: psychoterapie, ergoterapie či snoezelen terapie.
- Krizová telefonní pomoc: 800 100 117
- Sociální rehabilitace: podpora aktivního samostatného života

- Pořádáme kluby seniorů a pátým rokem vydáváme časopis Chytrý senior.
- Dále provozujeme i půjčovnu kompenzačních pomůcek.
- Náš tým tvoří sociální pracovníci, právníci, psychologové, terapeuti a pracovníci v sociálních službách.
- moje@chytrapece.cz, 800 400 410

Opatovická 1314/9
Praha 1

Tel.: 777 291 524

jelenova@uspe.cz

www.chytrapece.cz

ID datové schránky: j3qas9h

Provozní doba:
8:00–17:00

Ústav Chytré péče



Za sklem o. s.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Děti, rodiče a dospělí s PAS.

Popis činnosti organizace:

Organizace se zabývá poskytováním sociálních služeb OSP, SAS, CDS a SORE pro děti, rodiče, dospělé s PAS a přidruženými komorbiditami. Služby jsou individuální i skupinové, doplněné o volnočasové aktivity, vzdělávání a volnočasové aktivity. Velký prostor věnujeme také klientům z Ukrajiny, prostřednictvím projektu z operačního programu Zaměstnanost plus "sociální služby pro lidi na spektru autismu v Praze."



Sedmdesátá 7055
760 01 Zlín

Tel.: 725 113 867

info@zasklem.com

www.zasklem.cz

ID datové schránky: xcmcsai

Provozní doba:
8:00–16:30



Zahrada pro duši, p. o. – Centrum rodinné terapie Horizont

Cílová skupina uživatelů služeb:

Rodiny s dětmi do 18 let.

Popis činnosti organizace:

Naše centrum je součástí příspěvkové organizace Zahrada pro duši, která buduje síť komplexní péče o duševní zdraví Pražanů. Podporujeme děti a rodinu ve vzájemné komunikaci, soudržnosti a zdravých vztazích. Rodinám pomáháme samostatně a úspěšně překonávat běžné i náročné životní situace. Prostřednictvím poradenství jim poskytujeme potřebné informace a odborné vedení při zvládání situací, které je trápí. V terapii pomáháme lépe porozumět vzájemným rodinným vazbám a individualitě jednotlivých členů. Poskytujeme účinnou podporu pro to, aby rodiny zvládly vyřešit obtížnou situaci a mohly podniknout konkrétní kroky ke změně k lepšímu.

Doubřavčická 1474/21
Praha 10 – Strašnice
Tel.: 606 664 262
martinapreckova@dumtriprani.cz
pomoc@zahradaprodusi.cz
www.zahradaprodusi.cz
ID datové schránky: irrdxum

Provozní doba:
8:30–16:00

**ZAH
RADA
pro
DUŠI**



Zdravotní ústav Most k domovu, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Osoby s potřebou paliativní péče, osoby s potřebou podpory v závěru života.

Popis činnosti organizace:

Poskytujeme komplexní zdravotní a sociální péči v domácím prostředí, včetně mobilního hospice v Praze a okolí. S respektem, důstojností a citlivostí pečujeme o pacienty v závěru života v jejich domácím prostředí. Jsme oporou jejich blízkým a pečujícím. Naším posláním je komfort pacienta a pomoc rodině. Poskytujeme terénní sociální služby, domácí hospic, odborné sociální poradenství, poradnu pro pozůstalé, domácí zdravotní péči, půjčovnu kompenzačních pomůcek.



Budějovická 778/3
140 00 Praha 4 – Michle
Tel.: 724 142 075
zu@mostkdomovu.cz
www.mostkdomovu.sestricka.cz
ID datové schránky: e63v9sd

Provozní doba:
8:00–16:00

**MOST
K DOMOVU**
pro seniory a jejich blízké



Židovská obec v Praze: Komplexní domácí péče Ezra

Cílová skupina uživatelů služeb:

Seniři, dospělé osoby se zdravotním postižením.

Popis činnosti organizace:

Komplexní domácí péče Ezra je nestátní zdravotnické zařízení a registrovaná terénní sociální služba osobní asistence. Služby jsou poskytovány osobám se sníženou soběstačností z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby. Cílem integrované formy sociální a zdravotní péče je odstranění akutní nebo déletrvající nepříznivé životní situace, podpora samostatnosti, soběstačnosti a aktivizace uživatelů služeb. Služby podporují život uživatelů ve vlastním domácím prostředí co nejdéle, jak je to možné a bezpečné.



Izraelská 712/1
130 00 Praha 3
Tel.: 272 738 332
dpezra@kehilaprag.cz
www.kehilaprag.cz
ID datové schránky: pecaq88

Provozní doba:
pondělí–pátek: 8:00–16:00

EZRA



ŽIVOT 90, z. ú.

Cílová skupina uživatelů služeb:

Seniři, osoby se zdravotním znevýhodněním, neformální pečující.

Popis činnosti organizace:

V ŽIVOTĚ 90 podporujeme seniory prožívat své stáří aktivně a spokojeně.

- Komunitní dům – poskytuje rozmanité zaměření kurzů pro podporu psychické a fyzické kondice seniorů.
- Odlehčovací služba – nabízí na přechodnou dobu pomoc pečujícím, kteří se nemohou v dočasné starat o své blízké. V pobytové nebo ambulantní formě.
- Odborné sociální poradenství – poradna je určena seniorům a jejich blízkým, kteří se potřebují poradit např. ohledně sociálních dávek nebo služeb. Poradna je bezplatná a pracovníci klienty může navštívit i v jejich domovech.
- Pečovatelská služba – pečovatelé docházejí do domácností seniorů a pomáhají jim s běžnými denními úkony, které již sami nezvládají.

- Senior telefon – bezplatná anonymní nonstop linka důvěry pro starší 60 let a jejich blízké. Pomáhá překonávat těživé životní situace a poskytuje poradenství.
- První tísňová – nonstop služba je určena všem, kteří jsou v důsledku svého zdravotního stavu ohrožení rizikem pádů nebo úrazů v domácím prostředí." kondice seniorů.

Karoliny Světlé 18
110 00 Praha 1 – Staré Město
Tel.: 222 333 555
info@zivot90.cz
prvnitisnova@zivot90.cz
www.zivot90.cz
www.prvnitisnova.cz
ID datové schránky: kzjxtw3

Provozní doba:
8:00–16:30

ŽIVOT⁹⁰



Poznámky:



Další důležité kontakty

Zdravotnická zařízení na území MČ Praha 10

FAKULTNÍ NEMOCNICE KRÁLOVSKÉ VINOHRADY

Šrobárova 50, 100 34 Praha 10

Tel.: 267 161 111, 296 471 111 (ústředna)

www.fnkv.cz

LÉČEBNA DLOUHODOBĚ NEMOCNÝCH VRŠOVICE, p. o.

Oblouková 837/7, 101 00 Praha 10

Tel.: 271 008 111

E-mail: lecebna@ldnvrsovice.cz

www.ldnvrsovice.cz

EUC KLINIKA PRAHA – MALEŠICE

Plaňanská 573/1, 108 00 Praha 10

Tel.: 296 506 100

E-mail: recepce.praha@euc.cz

www.euc.cz

POLIKLINIKA VRŠOVICE

Ukrajinská 900/11, 101 00 Praha 10

Tel.: 271 746 221

E-mail: info@poliklinika-vrsovice.cz

www.poliklinika-vrsovice.cz

POLIKLINIKA ZAHRADNÍ MĚSTO

Jabloňová 8/2992, 106 00 Praha 10

Tel.: 267 295 111 (ústředna)

www.poliklinikazahradnimesto.cz

NEMOCNICE VRŠOVICE – PENTA HOSPITALS

pracoviště:

Oblouková 837/7, 101 00 Praha 10

Tel.: 271 008 700 (recepce)

pracoviště:

U Vršovického nádraží 1547/5, 101 00 Praha 10 – Vršovice

Tel.: 246 009 108, 246 009 109

Lékařská pohotovostní služba na území hl. m. Prahy – praktické lékařství

FAKULTNÍ NEMOCNICE KRÁLOVSKÉ VINOHRADY

Šrobárova 50, 100 34 Praha 10

Prostor centrálního příjmu interních klinik (přízemí, pavilon S)

LPS pro dospělé: tel.: 267 163 778

www.fnkv.cz/lekarska-pohotovostni-sluzba.php

Provozní doba: pracovní dny: 18:30–23:00

víkendy a svátky: 08:00–20:00

Mimo uvedené hodiny poskytují službu lékařské pohotovostní služby
lékaři centrálního příjmu interních klinik.

Klinika dětí a dorostu – Pavilon M

LPS pro děti: tel.: 267 163 600

www.fnkv.cz/klinika-deti-a-dorostu-pro-pacienty.php

Provozní doba: všední dny: 19:00–7:00

Víkendy a svátky: nepřetržitý provoz.

FAKULTNÍ THOMAYEROVA NEMOCNICE

Pavilon B1

Vídeňská 800, 140 59 Praha 4

www.ftn.cz/lekarska-pohotovostni-sluzba-199/

Provozní doba: pracovní dny: 19:00–6:30

víkendy a svátky: nepřetržitý provoz

LPS pro dospělé: tel.: 261 082 520, 603 566 584

LPS pro děti: tel.: 261 083 783, 603 566 587

VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

Klinika dětského a dorostového lékařství, Areál DAK (budova E3a, přízemí)

Ke Karlovu 455/2, 128 08 Praha 2

Tel.: 224 967 777, 776, 778

www.vfn.cz/pacienti/kliniky-ustavy/klinika-detskeho-a-dorostoveho-lekarstvi/odborne-ambulance/

Provozní doba: pracovní dny: 16:00–7:00

víkendy a svátky: nepřetržitý provoz

Aktuální informace o lékařské pohotovostní službě na území hlavního města

Prahy naleznete na <https://zdravotni.praha.eu/verejnost/zdravotnicka-zarizeni/lekarska-pohotovostni-sluzba/>

Lékařská pohotovostní služba na území hl. m. Prahy – Stomatologie

FAKULTNÍ NEMOCNICE V MOTOLE

Dětská stomatochirurgická pohotovost

Ambulance: dětská poliklinika, 4. patro, monoblok E

V Úvalu 84, 150 06 Praha 5, tel.: 224 433 171

<https://www.fnmotol.cz/kliniky-a-ambulance/spolecna-pracoviste/>

stomatologicka-klinika-deti-a-dospelych-2-lf-uk-a-fn-motol/#ambulance

Pondělí–čtvrtek 8:00–15:00 hod, pátek 8:00–14:00 hod,

Mimo ordinální hodiny poskytuje Stomatologická klinika FNM neodkladnou péči,

tj. ošetření život ohrožujících stavů: úrazy, krvácení, otoky spojené s čelistními

záněty provázené horečkami, ztíženým otvíráním úst a polykacími obtížemi.

Pondělí–čtvrtek 15:00–6:30 hod, pátek 14:00–6:30 hod,

Sobota–neděle a svátky 19:00–7:00 hod

MĚSTSKÁ POLIKLINIKA PRAHA

Zubní pohotovost pro dospělé pacienty

Spálená 12, 110 00 Praha 1, tel.: 222 924 268

www.prahamp.cz/zubni-pohotovost

Provozní doba: Po–Čt: 18:00–23:30, Pá: 16:00–23:30, So–ne: 7:00–22:00

Ordinace uzavřena na dobu nezbytně nutnou pro úklid ordinací: 14:00–15:00

FAKULTNÍ THOMAYEROVA NEMOCNICE

Zubní lékařská pohotovostní služba pro dospělé – pavilon B1

Videňská 800, 140 59 Praha 4, tel.: 261 083 546, 730 578 741

www.ftn.cz/lekarska-pohotovostni-sluzba-199/

Provozní doba: pracovní dny: 17:30–22:30

víkendy a svátky: 07:30–22:30

Vybrané lékárny s nepřetržitým provozem

EUC Lékárna Praha – Plaňanská

Plaňanská 573/1, 108 00 Praha 10, tel.: 281 019 258

LÉKÁRNA U SV. LUDMILY

Belgická 37, 120 00 Praha 2, tel.: 222 513 396

Vydej léků přes pohotovostní okénko

LÉKÁRNA FAKULTNÍ THOMAYEROVY NEMOCNICE

Vídeňská 800, 140 59 Praha 4, tel.: 261 084 019

Pohotovostní služba je na zazvonění – dveře vlevo

LÉKÁRNA ŠUSTOVA

Šustova 1930/2, 148 00 Praha 11, tel.: 296 506 128, 606 059 746

Další potřebné kontakty

Policie České republiky	158
Hasiči	150
Záchraná služba	155
Městská policie	156
Jednotné evropské číslo tísňového volání	112

Call centrum Úřadu práce ČR 800 779 900

Kontaktní pracoviště pro Prahu 10, Novodvorská 803/82, 142 00 Praha 4.

provozní doba: pondělí a středa od 8:00 do 17:00 hodin, úterý a čtvrtek od 8:00 do 15:00 hodin, pátek od 8:00 do 13:00 hodin.

Pražská správa sociálního zabezpečení 283 104 111

důchodové pojištění, nemocenské pojištění, pojištění OSVČ, pojistné na sociální zabezpečení, Lékařská posudková služba

Linka bezpečí 116 111

bezplatná telefonní linka krizové pomoci pro děti a mládež

Rodičovská linka 606 021 021

telefonická krizová intervence a poradenství především rodičům, prarodičům a ostatním členům rodiny z celé České republiky

Linka pomoci obětem kriminality a domácího násilí 116 006

bezplatná pomoc obětem trestných činů a osobám ohrožených domácím násilím

Člověk v tísni help linka Jak přežít dluhy 770 600 800

v provozu každý pracovní den od 9:00 do 17:00 hodin. V krizové situaci (např. při návštěvě exekutora či inkasní agentury) můžete volat až do 22:00.

Pomoc s orientací v problému, prověření možných řešení a návrh dalších kroků.

Probační a mediační služba 251 444 901

zprostředkování účinného řešení konfliktů spojených s trestnou činností, organizuje efektivní výkon alternativních trestů

Informace o dobrovolnictví www.dobrovolnik.cz

Poznámky:

**KATALOG SOCIÁLNÍCH A NÁVAZNÝCH SLUŽEB
POSKYTOVANÝCH OBČANŮM MČ PRAHA 10
PRO ROK 2026 NALEZNETE TAKÉ ZDE:**



Garant

David Kašpar a Veronika Žolčáková,
místostarosta MČ Praha 10
a předsedkyně výboru sociálního a zdravotního

Za správnost a znění jednotlivých příspěvků
poskytovatelů si zodpovídají příslušné organizace.

Vydala

Městská část Praha 10, Vinohradská 169, 100 00 Praha 10
Informační kancelář: 267 093 111
e-mail: info@praha10.cz
e-podatelna: posta@praha10.cz
Datová schránka: irnb7wg

Vyšlo

leden 2026

Copyright

Odbor sociální Úřadu městské části Praha 10

Web

www.praha10.cz/urad-mc/odbory/odbor-socialni



PRAHA 10