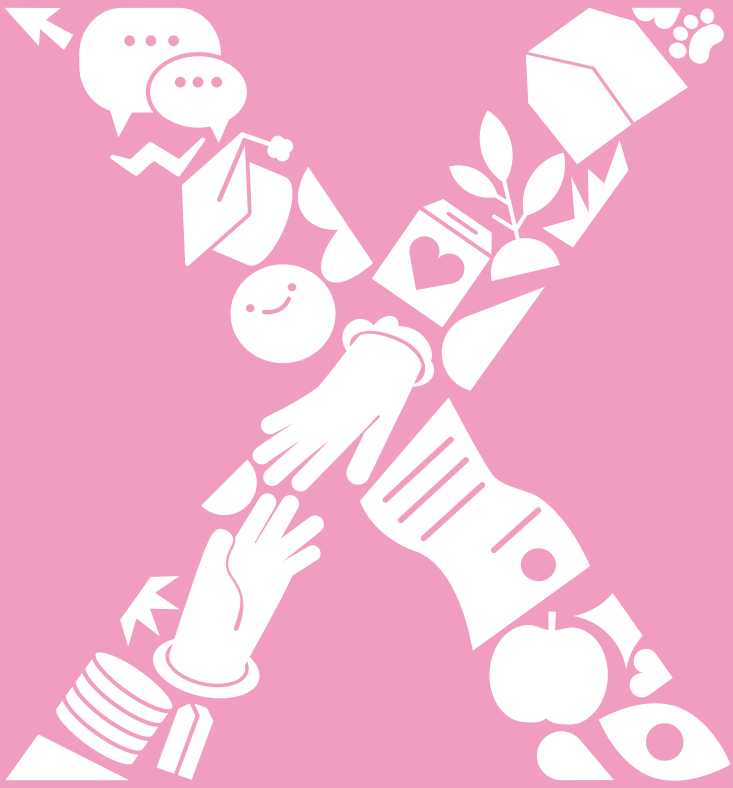
# Odbor sociální občanům Prahy 10



PRAHA 10

Vážení,

**možná nás potkáváte na chodbách úřadu, nebo jste o nás slyšeli v souvislosti s těžkými životními situacemi. Jsme sociální pracovníci z Desítky. Touto brožurou vám chceme otevřít dveře do naší práce, která není jen o papírech, ale především o lidech, jejich odvaze a nových začátcích.**

Naše společná cesta začala pro dvě z nás, Lindu a Lucii, 2. 1. 2012, kdy jsme se potkaly jako kolegyně na odboru sociálním úřadu MČ Praha 10. Brzy jsme zjistily, že nás nepojí jen pracovní nasazení, ale i stejný pohled na život. Od té doby jsme kolegyně i přítelkyně, se společnými zájmy i datem narození. A jak se říká, že ve dvou se to lépe táhne, tak tady to platí dvojnásob – v soukromí i plnění pracovních povinností.

Společně se podílíme i na procesu Komunitního plánování sociálních a návazných služeb (viz 2. část brožury) na Desítce, kde vzešel nápad na brožuru, která by měla **zviditelnit a zvýšit prestiž sociální práce**. A tady je.

Ale tenhle projekt není jen o nás dvou. Je především o **celém našem týmu** – o více než 40 vzdělaných, empatických a neuvěřitelně nasazených profesionálech, kteří každý den na odboru sociálním MČ Praha 10 pomáhají lidem.

Často se potýkáme s tím, že si lidé naši práci pletou s jinými službami (např. pečovateli), nebo mají zkreslené představy o tom, co naše práce obnáší. Cílem brožury tedy je, nejen zasvětit vás do naší činnosti a možností, jak můžeme vám, vašim blízkým nebo lidem z vašeho okolí pomoci. Hlavním cílem je, abyste nás – sociální pracovníky poznali a vnímali i jinak. Přiznejme si upřímně – když řekneme, že jsme sociální pracovníci, nenaskočí vám obrázek paní Zubaté z filmu Kolja? My bychom vám rády ukázaly, že jsme především vaši partneři v těžkých chvílích.

Je pro nás klíčové, že za naším týmem stojí vedení úřadu, které s námi sdílí vizi pomáhající Desítky. Právě tato jistota v zádech nám dává prostor věnovat energii a péči těm, kteří se na nás obracejí s prosbou o pomoc a hledat nejlepší možná řešení i pro ty nejsložitější životní příběhy.

Pevně věříme, že tato brožura vám pomůže nás a naši práci poznat více. Možná, že i díky ní se změní pohled na to, kým jsme a jakou celospolečensky potřebnou a náročnou práci celý náš tým vykonává.

Za celý Odbor sociální MČ Praha 10

**— Lucie Tiefenbach a Linda Zákorová**

DĚKOVNÝ DOPIS

Vážení čtenáři,

žijeme v době, kdy nám přijde samozřejmé, že se o nás stát postará v tíživé situaci - ať už se jedná o osamělého seniora, rodinu v krizi, děti, jejichž bezpečí je ohroženo, lidmi bez domova, pečujícími, kteří už nemají sílu pokračovat, nebo s těmi, kterým se během několika měsíců obrátil život naruby - vždy (téměř) se najde nějaké řešení. Ale kdo je to ten stát? Je to ekosystém konkrétních lidí, odborníků a institucí, kteří fungují jako záchranná síť a průvodci v těžkých životních situacích.

Jsou to sociální pracovníci a úředníci, kteří nejsou jen „úředníky za přepážkou" nebo těmi, kdo „berou děti", ale vzdělanými a empatickými partnery, průvodci a navigátory v nepřehledném systému pomoci. Spolu vytvářejí organizovaný systém lidské pomoci, jehož cílem je umožnit člověku najít pevnou půdu pod nohama a získat zpět kontrolu nad vlastním životem.

A přesto se jim často nedostává pozornosti, jakou by si důležitost jejich práce zasloužila – nejen v podobě finančního ohodnocení, ale především v podobě respektu a pochopení významu jejich práce.

A my jsme s Veronikou hrdí na to, že Praha 10 dlouhodobě patří mezi městské části, které sociální oblast nevnímají pouze jako zákonnou povinnost, ale jako klíčovou agendu, která pomáhá lidem žít důstojně v každé životní etapě. Nad rámec zákonných povinností Praha 10 prostřednictvím svého Odboru sociálního koordinuje příspěvkové organizace Centrum sociální a ošetřovatelské pomoci, Léčebnu dlouhodobě nemocných, domovy pro seniory, podporuje terénní služby, rozvíjí komunitní plánování i nové projekty reagující na měnící se potřeby obyvatel.

Brožura, kterou právě držíte v rukou, není jen suchým výčtem činností odboru sociálního. Je především svědectvím o lidech, kteří pomáhají, i o těch, kterým bylo pomoženo. Věříme, že vám ukáže sociální práci takovou, jaká skutečně je – náročnou, odbornou, často neviditelnou, ale pro fungování naší společnosti naprosto nepostradatelnou.

Za to všechno patří pracovníkům Odboru sociálního i všem zaměstnancům našich sociálních služeb upřímné poděkování a respekt.

Děkujeme! **— Veronika a David**

Když jsme přemýšleli, jak lidem přiblížit sociální práci, uvědomili jsme si, že žádný popis, statistika ani výčet činností nedokáže vystihnout její podstatu tak dobře jako skutečný lidský příběh. Právě proto se již více než dva roky na stránkách měsíčníku Prahy 10 každý měsíc objevuje jeden příběh ze sociální oblasti. Každý z nich představuje konkrétní lidský osud, situaci, do které se může dostat v různých obdobích života kdokoli z nás. Současně ukazuje, jaké cesty k řešení mohou existovat, jakou pomoc lze získat a také to, že ne všechny životní příběhy mají rychlé nebo jednoduché rozuzlení.

Za těmito příběhy stojí každodenní práce kolegyň a kolegů z odboru sociálního. Práce, která se většinou odehrává mimo pozornost veřejnosti, v kancelářích, domácnostech klientů, nemocnicích, školách nebo při jednáních s desítkami institucí. Práce, jejímž smyslem je hledat podporu, naději a konkrétní řešení tam, kde se lidé často cítí bezradní a osamocení.

Tato brožura se k některým z příběhů vrací. Připomíná osudy lidí, kteří nám dovolili nahlédnout do svých životních cest a ukázat, že požádat o pomoc není projevem slabosti, ale často prvním krokem k řešení. Věříme, že právě tyto příběhy dokážou nejlépe přiblížit podstatu sociální práce a dodat odvahu těm, kteří se možná dnes nacházejí v podobné životní situaci.

Věříme, že příběhy mohou být inspirací a povzbuzením. Někomu mohou pomoci poznat, že v podobné situaci není sám. Jinému mohou ukázat, kam se obrátit o pomoc. A možná některým lidem pomohou překonat ostych, obavy nebo předsudky a udělat první krok k tomu, aby si o podporu řekli. Právě tehdy totiž sociální práce plní svůj nejdůležitější úkol.

Na tomto místě bych chtěl vyslovit zvláštní poděkování Lindě Zákorové a Lucii Tiefenbach. Právě jejich nápad, energie, odvaha a vytrvalost stály na samém počátku tohoto projektu. Díky nim se podařilo dát hlas příběhům, které by jinak zůstaly skryté, a ukázat veřejnosti skutečnou tvář sociální práce na Desítce. Jsem jim za to upřímně vděčný. Nejen za tento projekt, ale i za dlouholetou práci, kterou společně s celým týmem každý den odvádějí ve prospěch obyvatel Prahy 10.

Přeji si, aby tato brožura byla nejen představením práce sociálních pracovníků, ale také pozvánkou k většímu porozumění, lidské blízkosti a vzájemné pomoci. Protože za každým příběhem je člověk. A za každým člověkem by měla stát naděje, že na své starosti nemusí být sám.

**— Pavel Petřík**
vedoucí odboru sociálního MČ Praha 10

# CO JE TO SOCIÁLNÍ PRÁCE



# CO JE TO SOCIÁLNÍ PRÁCE

## Sociální práce: Pomocná ruka v labyrintu životních situací

*Zkrátka: když nevíte, kudy dál, pomůžeme vám najít cestu.*



Možná jste se s tímto pojmem už setkali, ale co si pod ním vlastně představit? Sociální práce není jen strohé úřadování nebo „braní dětí", jak se občas mylně traduje ve filmech. Je to moderní, odborná a hluboce lidská disciplína, která slouží jako most mezi problémem a jeho řešením. Sociální práce není jen „vyřízení papíru", ale komplexní hledání řešení.

## Kdo je sociální pracovník?

Představte si nás jako průvodce a navigátory. Sociální pracovník je vzdělaný odborník, který musí mít hluboké znalosti zákonů, psychologie i sociologie. Naším úkolem není žít život za vás, ale pomoci vám najít sílu a prostředky k tomu, abyste svou situaci zvládli sami. Nejsme tu, abychom soudili, ale abychom naslouchali a hledali cestu ven z obtížných okolností.

Sociální pracovníci jsou vašimi průvodci v situacích, které se zdají být neřešitelné a pomáhají vám najít pevnou půdu pod nohama. Pomáhají vám zorientovat se v nepřehledné síti služeb a spolupracují s vámi dokud se vaše životní situace nestabilizuje.

*Ne, nejsme jen lidi za přepážkou. A ne, děti vám automaticky nesebereme.*



Sociální pracovníci nejsou pouze úředníci za přepážkou. Pomáhají vám, občanům, zorientovat se v systému pomoci, hledají s vámi možná řešení a propojují vás s dalšími službami, které mohou vaši situaci zlepšit. Často při své práci jednají s dalšími institucemi, může jít například o zdravotnická zařízení, školy, úřady, neziskové organizace nebo další sociální a návazné služby, navazují kontakt s dalšími službami a hledají řešení situací, které mohou být pro jednotlivce nebo rodiny velmi náročné.

## V čem konkrétně vám můžeme pomoci?

Naše práce je neuvěřitelně rozmanitá a často připomíná skládání složité mozaiky. Každý příběh je jiný, ale nejčastěji jsme vám oporou v těchto čtyřech klíčových oblastech:

- **— Důstojné stárnutí v domácím prostředí**

Stáří by nemělo být spojeno se strachem z opuštění domova. Pomáháme seniorům a jejich rodinám nastavit síť pomoci tak, aby i při zhoršeném zdraví mohli zůstat tam, kde to mají rádi. Poradíme s výběrem pečovatelské služby, vysvětlíme, jak fungují tísňová tlačítka, pomůžeme s vyřízením příspěvku na péči, který pomůže tyto služby financovat. Jsme tu i jako opora pro příbuzné, kteří o své blízké pečují a potřebují poradit, jak vše zvládnout.



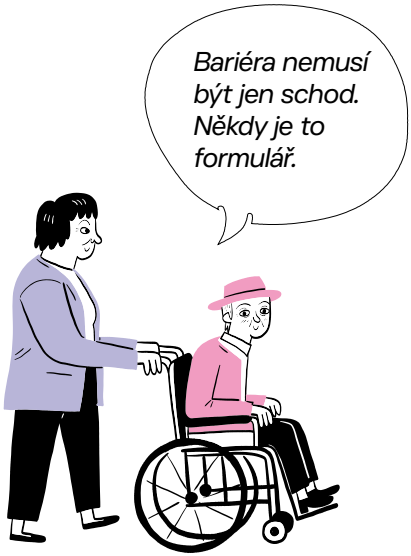

**— Bezpečné zázemí pro rodinu a děti**

Rodina je křehká a někdy se stane, že se komunikace zablokuje nebo přijde krize. Jsme tu, abychom chránili zájmy těch nejzranitelnějších – dětí. Pomáháme rodičům v náročných obdobích rozchodu či rozvodu nastavit pravidla, která budou fungovat především pro děti. Nabízíme pomocnou ruku při výchovných problémech nebo v krizových situacích, kdy rodina ztrácí půdu pod nohama. Naším cílem není soudit, ale pomoci obnovit stabilitu a bezpečí.



**— Život se zdravotním omezením**

Vteřina může změnit vše. Ať už jde o následky úrazu nebo vrozené postižení, pomáháme lidem vracet se zpět do aktivního života. Budeme vaším průvodcem v systému dávek (jako je příspěvek na mobilitu či průkazy ZTP), pomůžeme s výběrem vhodných kompenzačních pomůcek nebo s úpravou bydlení na bezbariérové. Naším úkolem je odstraňovat bariéry, ty v prostoru i ty v úředních systémech.




Pomůžeme vám zorientovat se v tom, o co, kde a kdy požádat. Vysvětlíme vám rozdíly mezi jednotlivými příspěvky (např. na mobilitu či na péči) a průkazy OZP (ZTP, ZTP/P). Nejsme těmi, kdo o dávce rozhodují, ale jsme ti, kteří s vámi projdou proces, aby žádost odpovídala vaší reálné potřebě. Správný výběr vozíku, polohovací postele nebo naslouchátka zásadně ovlivňuje kvalitu života. Pomůžeme vám zkontaktovat odborníky a firmy, které pomůcky zapůjčují nebo prodávají.

**— Cesta z finanční tísně a ztráty orientace**

Složitá ekonomická situace nebo dluhová past se mohou stát neprostupným labyrintem. Pomůžeme vám zorientovat se v tom, na jakou pomoc máte od státu nárok, ať už jde o příspěvky na bydlení nebo pomoc v hmotné nouzi. Je však důležité rozlišovat naši roli. Nejsme „vyplňovači formulářů".




O tom naše práce není. Administrace žádostí a samotné vyplácení sociálních dávek spadá do kompetence Úřadu práce. My se na odboru sociálním díváme dál za hranu jednoho tiskopisu. Pomáháme vám porozumět vašim právům i povinnostem a ve spolupráci s dalšími odborníky (např. dluhovými poradci či právníky) hledáme způsoby, abyste se v systému přestali ztrácet a získali zpět kontrolu nad svým životem.

## Jak naše pomoc vypadá v praxi?

Sociální práce na úřadě není jen o administrativě za stolem. Je to dynamický proces, který začíná vaším prvním kontaktem a končí konkrétním plánem, jak vaši situaci stabilizovat. Naším úkolem je být vaším odborným průvodcem a koordinátorem, který propojí vaše potřeby s možnostmi, které stát a město nabízí.




## Jak konkrétně postupujeme?

**— Analýza a naslouchání**
Prvním krokem je společný rozhovor, kde v bezpečném a diskrétním prostředí zmapujeme, co vás trápí. Nemusíte se bát odborných termínů. Naším cílem je porozumět vaší situaci vašima očima.

**— Sociální šetření v terénu**
Aby byla naše pomoc skutečně účinná a vy se nemůžete ze zdravotních důvodů dostavit za námi, často se vydáváme za vámi domů. Přímo v přirozeném prostředí nejlépe posoudíme, zda je byt bezbariérový, jaká míra péče je potřeba nebo jaké konkrétní překážky vám brání v běžném životě.

**— Nastavení sítě pomoci**
Na základě šetření společně sestavíme „plán na míru". Nejsme v tom sami. Spolupracujeme s ošetřujícími lékaři, poskytovateli domácí zdravotní péče, Úřadem práce ČR i neziskovými organizacemi. Pomůžeme vám zorientovat se v dávkách a službách tak, aby do sebe vše zapadlo.

**— Doprovázení a podpora:** Nejsme jen jednorázová zastávka. Budeme vás doprovázet po celou dobu řešení vaší situace, pomůžeme s komunikací s jinými institucemi.

Nalezení odvahy říct si o pomoc je prvním a často nejtěžším krokem. Chceme, abyste v nás viděli spojence, se kterými můžete mluvit otevřeně, diskrétně a bez pocitu selhání. V těžkých chvílích zkrátka nemusíte kráčet sami. Jsme tu, abychom vám pomohli najít pevnou půdu pod nohama.

Naše role nekončí u papírování. Nasměrujeme vás k organizacím, které nabízejí volnočasové aktivity, bezbariérovou kulturu či sport pro seniory, pro lidi se specifickými potřebami. Život po úrazu či s handicapem by neměl znamenat izolaci.

Propojíme vás s konkrétními organizacemi a službami, které vám budou nablízku v každodenním životě.

## V rámci naší práce vám pomáháme najít cestu k těmto službám:

**— Terénní a ambulantní služby**
Propojíme vás s pečovatelskou službou nebo osobní asistencí, aby pomoc přišla přímo k vám domů. Pomůžeme najít půjčovny kompenzačních pomůcek, které vám usnadní pohyb a sebeobsluhu.

**— Podpora pro pečující**
Víme, jak je péče o blízkého náročná. Proto vám budeme nápomocni při zprostředkování odlehčovací služby, která vám umožní si odpočinout a načerpat síly, zatímco o vašeho blízkého bude profesionálně postaráno.

**— Denní a týdenní stacionáře**
Pomůžeme s hledáním zařízení, kde mohou lidé se znevýhodněním trávit čas v bezpečném kolektivu, věnovat se rehabilitaci nebo rozvíjet své schopnosti pod dohledem odborníků.

**— Krizová a odborná pomoc**
Pokud situace vyžaduje psychologickou podporu, krizová centra nebo specializované poradny (např. pro oběti domácího násilí či lidi v exekuci), jsme tu, abychom vám předali kontakt na prověřené odborníky



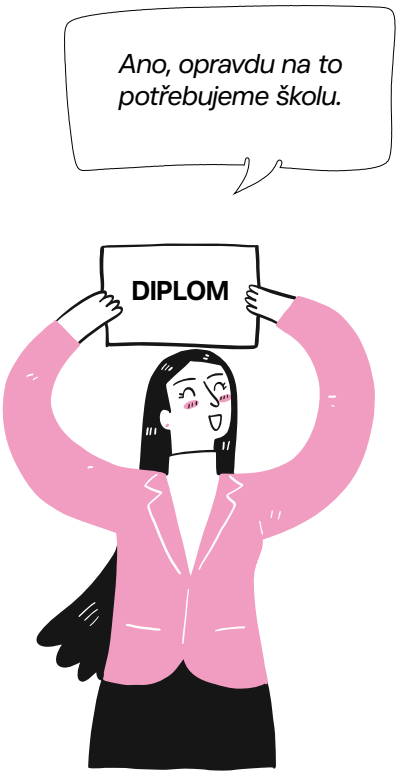
# KDO MŮŽE VYKONÁVAT SOCIÁLNÍ PRÁCI



# KDO MŮŽE VYKONÁVAT SOCIÁLNÍ PRÁCI

## Odborné vzdělání

Sociální práce je odborná profese, která pomáhá lidem řešit náročné životní situace. Od problémů s bydlením, financemi nebo dluhy až po péči o blízké, zdravotní obtíže nebo rodinné problémy. Cílem je pomoci lidem zorientovat se v možnostech podpory a společně najít cestu k řešení.




Tuto profesi mohou vykonávat pouze lidé s odpovídajícím vzděláním. Podmínky stanovuje zákon o sociálních službách. Sociální pracovník musí mít vyšší odborné nebo vysokoškolské vzdělání v oborech, jako je sociální práce, sociální pedagogika, sociální politika, speciální pedagogika nebo v dalších příbuzných oborech. Během své praxe si navíc pracovníci pravidelně doplňují znalosti prostřednictvím odborných kurzů a dalšího vzdělávání. Při výkonu činností sociální práce je pracovník vázán zákonnou povinností mlčenlivosti.

## Osobnostní předpoklady

Vedle odbornosti jsou pro výkon sociální práce velmi důležité také osobnostní vlastnosti. Sociální pracovník by měl být člověk, který dokáže naslouchat, být trpělivý, empatický a respektující k lidem v obtížných situacích. Často se setkává s lidmi, kteří procházejí náročným obdobím života, a proto je důležitá schopnost komunikace, hledání řešení a zachování klidu i v komplikovaných situacích.

## Smysl a motivace

Finanční ohodnocení sociálních pracovníků ve veřejné správě se řídí platovými tabulkami stanovenými pro zaměstnance veřejného sektoru. Nejedná se tedy o pro-

fesi, která by byla motivována především vysokým finančním ohodnocením. Přesto si ji mnoho lidí vědomě volí, protože jim dává hluboký lidský i profesní smysl.

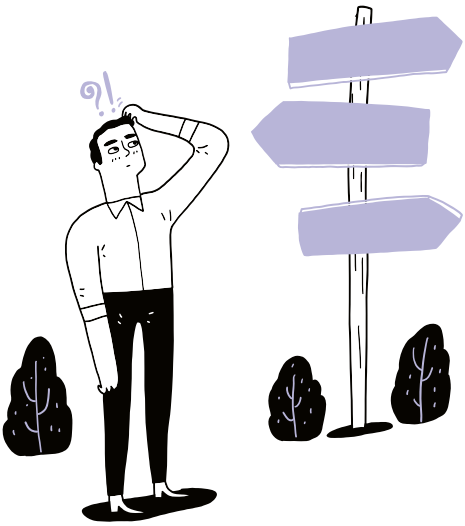
Sociální práce je totiž povoláním, které stojí na spojení odborných znalostí a lidského přístupu. Sociální pracovníci se ve své každodenní praxi setkávají s lidmi, kteří procházejí náročným obdobím – mohou řešit zdravotní potíže, ztrátu bydlení, rodinné problémy, finanční tíseň nebo péči o blízké. V těchto chvílích je důležité nejen znát možnosti pomoci a orientovat se v systému podpory, ale také dokázat lidem naslouchat, projevit porozumění a společně s nimi hledat cestu k řešení.

Motivací sociálních pracovníků je často právě možnost být lidem oporou v obtížných životních situacích a pomoci jim znovu získat stabilitu a jistotu. Smyslem jejich práce není pouze administrativní vyřizování záležitostí, ale především podpora lidí při hledání řešení, která jim umožní postupně zvládnout jejich situaci a znovu se postavit na vlastní nohy.

Sociální práce tak představuje profesi, která vyžaduje vysokou míru odbornosti, odpovědnosti i osobního nasazení. Zároveň je to práce, která může přinášet pocit smysluplnosti, protože i malé kroky mohou pro člověka v obtížné situaci znamenat zásadní změnu v jeho životě.

## Možnosti a kompetence sociálních pracovníků

Považujeme za nutné zmínit i opačnou stranu sociální práce, kdy kompetence a možnosti sociálních pracovníků jsou velmi omezené.  V rámci sociální práce je vždy





uplatňován partnerský přístup ke klientovi a jednání sociálního pracovníka je v jeho prospěch. Sociální práce neobsahuje represivní složku, nedisponujeme žádnými „donucovacími prostředky". Spolupráce klienta se sociálními pracovníky je dobrovolná a založená na vzájemné důvěře, což však neznamená, že naši pomoc nenabízíme klientovi opakovaně, pokud docházíme k závěru, že ji klient potřebuje. Sociální pracovníci jsou vázáni zákonem stanovenou mlčenlivostí o situaci klienta a nejsou tak oprávněni sdělovat třetím stranám svá zjištění nebo konkrétní kroky při pomoci klientům.



# ODBOR SOCIÁLNÍ MČ PRAHA 10

# ODBOR SOCIÁLNÍ MČ PRAHA 10

## Vaše zázemí pro podporu a pomoc

Odbor sociální Úřadu městské části Praha 10 je tu pro všechny občany, kteří se ocitli v náročné životní situaci nebo potřebují odbornou radu v sociální oblasti. Naším společným cílem je pod vedením vedoucího odboru pana Pavla Petříka vytvářet z „Desítky" místo, které funguje jako záchranná síť a navigace v situaci, která je pro samotného člověka i jeho rodinu zpočátku nepřehledná a emočně vyčerpávající.

Náš odbor tvoří čtyři specializovaná oddělení, která úzce spolupracují, aby vám zajistila komplexní podporu:

## Oddělení sociální práce

Toto oddělení je vaším „prvním kontaktem". Sociální pracovníci zde pomáhají dospělým osobám, seniorům i lidem se zdravotním postižením.



**Co pro vás dělají:** Provázejí vás v těžkých životních situacích, provádějí sociální šetření v terénu (i u vás doma), vedou správní




řízení o ustanovení zvláštního příjemce důchodu, zajišťují vydávání parkovacích průkazů označujících vozidlo přepravující osobu těžce zdravotně postiženou, poskytují pomoc osobám ohroženým sociálním vyloučením, osobám sociálně vyloučeným včetně osob ve výkonu trestu odnětí svobody, ve výkonu vazby a koordinují pomoc tak, aby byla co nejúčinnější.

---

**V oddělení působí také sociální kurátoři pro dospělé, poskytují pomoc osobám ohroženým sociálním vyloučením, osobám sociálně vyloučeným včetně osob ve výkonu trestu odnětí svobody, ve výkonu vazby.**

**Co pro vás dělají:** Provázejí dospělé osoby, které se ocitly v obtížné situaci a jejichž způsob života by mohl vést ke konfliktu se společností. Poskytují odborné poradenství lidem bez domova, osobám po návratu z výkonu trestu nebo po ukončení ochranné výchovy. Vyhledávají ty, kteří pomoc potřebují, přímo v terénu, například na veřejných prostranstvích, v nemocnicích nebo i ve věznicích. Věnují se také prevenci kriminality a pomoci uživatelům návykových látek tak, aby se snížila rizika pro ně i pro jejich okolí.

---

**V oddělení pro vás také zajišťujeme služby Sociálního poradenského centra, kde vám bezplatně poradíme a nasměrujeme vás k té správné pomoci.**

**Co pro vás dělají:** Jsou tu pro vás jako první záchytný bod ve chvíli, kdy si nevíte rady nebo se potřebujete zorientovat v tom, jak funguje sociální pomoc. Bezplatně vám pomohou najít cestu ze složité osobní, rodinné situace a poradí, na jaké příspěvky od státu, kraje či městské části máte nárok. Propojí vás s těmi správnými odborníky, ať už jde o naše sociální pracovníky, právní pomoc, finanční poradenství při potížích s dluhy nebo Úřad práce. Naším cílem je, abyste v systému služeb nezůstali sami a vždy věděli, na koho se s důvěrou obrátit.

---

**Součástí oddělení sociální práce jsou také poradce pro nájemníky a pracovnice kontaktního místa pro bydlení, kteří jsou tu pro vás, aby vám v oblasti bytové problematiky pomohli najít řešení v situacích, na které sami nestačíte.**

**Co pro vás dělají:** Pomohou vám zorientovat se v tom, jak fungují pronájmy

obecních bytů, mohou být vaším partnerem při komunikaci s bytovým či sociálním odborem. Pokud již v obecním bytě bydlíte, můžete se na ně obrátit jako na své kontaktní osoby, kdykoliv nastanou potíže, například s dlužným nájemným, sousedskými spory nebo když potřebujete bezplatnou právní radu v oblasti bydlení.

**Co pro vás dělají pracovníci kontaktního místa pro bydlení:** Snaží se vám pomoci najít cestu k důstojnému bydlení a vyřešit starosti, které s ním souvisejí. Jejich úkolem je nenechat vás v těchto složitých situacích samotné a zajistit vám odbornou podporu, abyste si své bydlení udrželi a cítili se v něm bezpečně.

## Oddělení sociálně-právní ochrany dětí a práce s rodinou (ospod)

Posláním tohoto oddělení je ochrana práv a zájmů dětí. Pracují s rodinami, které procházejí krizí, rozchodem nebo jinými náročnými životními etapami.

**Co pro vás dělají:** Nabízejí poradenství při výchovných problémech, zprostředkovávají náhradní rodinnou péči (pěstounství, osvojení) a pomáhají řešit situace, kdy je ohrožen příznivý vývoj dítěte. Jejich prioritou je vždy bezpečí a blaho dítěte.

V seznamu kontaktů oddělení najdete sociální pracovníky pro ochranu dětí, odborníky na náhradní rodinnou péči a kurátory pro mládež.

**Sociální pracovníci pro ochranu dětí jsou tady pro rodiny, které procházejí náročným obdobím a jejich úkolem je chránit zájmy a bezpečí dětí.**

**Co pro vás dělají:** Poskytnou radu, jak zvládnout spory v manželství, náročný rozchod nebo dohodu o tom, jak se budete se svými dětmi vídat. Pokud je to potřeba, zastupují děti jako jejich opatrovníci u soudů a úřadů. Úzce spolupracují se školami, lékaři i policií.



**Pracovníci náhradní rodinné péče provázejí děti, které nemohou vyrůstat ve své vlastní rodině a pomáhají jim najít nový a bezpečný domov.**

**Co pro vás dělají:** Vysvětlí vám celý proces pěstounství nebo adopce. Poskytují vám potřebné rady a pomoc.

**Kurátoři pro děti a mládež jsou tady pro děti a rodiče v těžkých životních chvílích. Pomáhají dětem najít cestu zpět ze špatné situace a dávají jim novou šanci. Jejich cílem je, aby rodina byla pro dítě opět bezpečným domovem.**

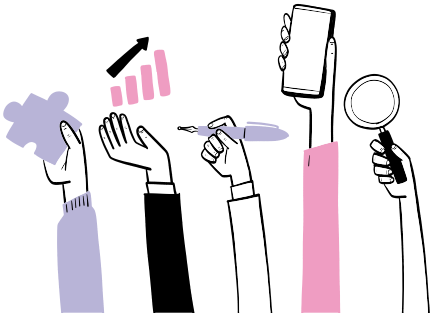
**Co pro vás dělají:** Řeší s vámi náročné chování dětí i případy, kdy dospívající udělají chybu a dostanou se do rozporu se zákonem. Jsou průvodci v krizových situacích, nabízí radu, zprostředkují pomoc psychologa nebo odborného pracoviště a snaží se rodinám pomoci najít cestu z potíží.



## Oddělení zřízených organizací a zdravotnictví

Toto oddělení zajišťuje, aby v naší městské části fungovaly kvalitní služby, jako jsou domovy pro seniory, léčebny dlouhodobě nemocných nebo pečovatelská služba.

*Některé věci sami neposkytujeme. Hlídáme ale, aby fungovaly.*



**Co pro vás dělají:** Metodicky vedou a kontrolují organizace zřízené Prahou 10, spravují a spolupracují v rámci dotačních programů v oblasti paliativní a tísňové péče a sledují dostupnost zdravotní péče na našem území. Dbají na to, aby standardy péče o naše spoluobčany byly na té nejvyšší úrovni.

## Oddělení ekonomiky a administrativy

Toto oddělení tvoří nezbytné zázemí celého odboru. I když se s ním jako občané nesetkáváte, tak jeho práce je pro fungování pomoci klíčová.

**Co pro vás dělají:** Zajišťují rozpočet pro sociální věci, administrují projekty, tvoří informační materiály a starají se o to, aby sociální a zdravotní portál Prahy 10 obsahoval vždy aktuální a užitečné informace pro každého z vás.




Jsme tu pro vás. Každé z našich oddělení přispívá svým dílem k tomu, aby pomoc na Praze 10 byla lidská, odborná, dostupná a maximálně komplexní. Pokud si nejste jisti, na které oddělení se obrátit, neváhejte nás kontaktovat. Společně najdeme tu správnou cestu.

# SKUTEČNÉ PŘÍBĚHY



# SKUTEČNÉ PŘÍBĚHY

Často slýcháme, že sociálka „bere děti“ nebo „jen dává dávky“. Chceme vám ukázat, že realita je jiná. Za každými dveřmi našeho odboru sedí člověk, který denně řeší složité lidské osudy. Dovolte nám vzít vás s sebou do terénu i našich kanceláří a představit vám naši práci skrze osudy lidí, kterým jsme pomohli najít novou cestu.

## Proč tyto příběhy sdílíme?

— **Abychom zbořili mýty:** Sociální pomoc je pro každého, kdo se ocitne v úzkých – pro vaši sousedku, tátu i pro vás.
— **Abychom ukázali cestu:** Někdy stačí vědět, že řešení existuje.
— **Abychom vás povzbudili:** Říct si o pomoc není ostuda, ale projev odvahy.

*„Do složité sociální situace se může dostat úplně každý z nás a někdy je ten pád opravdu rychlý. Nebuďme proto, prosím, lhostejní ke svému okolí. Je důležité nebát se nabídnout pomoc nebo si i sám o pomoc říci.“*

**— MgA. David Kašpar,**
místostarosta Prahy 10.



# Příběh paní Ivy a Lukáška

Paní Iva byla se svým přítelem téměř čtyři roky, když mu mohla oznámit krásnou zprávu, že budou rodiči.



Celé těhotenství probíhalo bezproblémově, paní Iva podstoupila i genetické vyšetření v Genetu.

V osmém měsíci těhotenství se bohužel cesty Ivy a jejího přítele rozešly, naštěstí jí velkou oporou byla a dosud je její rodina, a to zejména rodiče.

Lukášek se narodil jako zdravé miminko, jeho potíže se začaly výrazně projevovat přibližně kolem jednoho roku věku, kdy se jeho vývoj začal nezvratně měnit. Konečná diagnóza zní těžká porucha autistického spektra a Lukášek je neverbální, což znamená, že nepoužívá mluvená slova, dorozumívá se gesty, pohledem, výrazy tváře, zvuky nebo pláčem. Paní Iva se snaží dělat maximum pro to, aby měl co nejlepší péči, podporu a bezpečné prostředí pro život.

Lukáškovi je nyní 12 let, má výrazné výkyvy nálad a někdy se objevuje i sebepoškozující chování, takže péče o něj je nepřetržitá a velmi náročná. Přesto je to citlivý

a vnímavý kluk, který dokáže svou náklonnost vyjádřit objímáním a blízkostí. Nejvíce Lukáška dokáže potěšit hudba a jeho zvířata, ke kterým si navazuje velmi silné citové vazby.

Lukášek v raném věku navštěvoval jesle na Praze 2. Následně docházel do mateřské školy v Cerhenicích, kde měl možnost využívat ABA terapii, což je Aplikovaná behaviorální terapie, tedy vědní disciplína, která se zabývá chováním a učením. Díky efektivním metodám učení vycházejícím z ABA, lze u dětí smysluplně rozvíjet jejich repertoár dovedností a pomáhat tak zlepšovat kvalitu života jim i jejich blízkým.

Paní Iva zkoušela také inkluzi v běžné mateřské škole, ta se ale nezdařila, proto nyní uvádí, že si velmi váží toho, že dnes může Lukášek navštěvovat Základní školu speciální Starostrašnická, kam chodí už od přípravného stupně. Nyní navštěvuje pátou třídu a škola je pro něj stabilním a bezpečným prostředím.

**Na dotaz, co paní Ivě v její složité situaci pomáhá:**
*„Velkou oporou je pro nás městská část Praha 10. Velmi si vážím podpory, kterou zde rodiny s dětmi s postižením dostávají – ať už formou příspěvků, pomoci nebo drobných gest".*

Dotační program Městské části Praha 10 na podporu dětí z MČ Praha 10 s těžkým zdravotním postižením a jejich rodin vyhlašuje městská část již několik let a jeho účelem je finanční podpora rodin spočívající v kompenzaci části nákladů, které vznikají v souvislosti s plněním školní docházky. Program je určen pro děti s průkazem ZTP/P, které mají trvalé bydliště na Praze 10 a plní školní docházku denní formou. Finanční podporu městská část poskytuje vždy po uplynutí školního pololetí a je nutné o ni požádat v předem daném období. V současné době činí příspěvek 25 000 Kč pro děti, které plní školní docházku ve škole, která se specializuje na práci s dětmi se zdravotním postižením a 30 000 Kč pro děti, které plní školní docházku denní formou ve škole, která není zřízena jako škola se specializací na práci s dětmi se zdravotním postižením.

*„I díky tomu můžeme Lukáškovi dopřát alespoň některé věci, které by pro nás jinak byly obtížně dostupné. Já osobně Lukáškovi zajišťuji dvakrát do týdne osobního asistenta, kterého si hradím a ten s Lukáškem chodí na dvouhodinové procházky po Vršovicích, kde navštěvuje třeba Alza boxy Bohemky nebo chodí do Grébovky a do Gutovky, někdy když má náladu dojde až na Folimanku, kde rád chodí se školou na brusle. Většinou si směr cesty udává sám, ale pokud je spokojený, není co namítat. Pro mě je ale hlavně důležité, že je na vzduchu mezi lidmi a zvyká si na ruch kolem sebe. Také Lukášek chodí na ergoterapie, které máme momentálně od nového roku, jsem za ně moc vděčná, protože je to zase nová etapa a podnět k tomu Lukáška trochu vyvíjet a někam ho vést.*

*Na Praze 10 bydlíme přibližně šest let v pronajatém bytě. Jsem velmi vděčná panu majiteli za možnost stabilního bydlení, protože pro rodinu s dítětem s autismem je stabilita prostředí zásadní. V domě na náměstí Svatopluka Čecha máme velmi tolerantní sousedy a se všemi máme vřelý vztah a toho si cením opravdu nejvíce, protože představa, že bychom díky Lukáškovu postižení měli nevyhovující sousedy, kterým by to mohlo eventuálně i vadit, byla pro nás velká neznámá a velká obava, ale jak říkám za své sousedy jsem nesmírně vděčná a panu majiteli bytu, který nám byt pronajal ještě více. Sama jsem navíc vyrostla nedaleko, na Vinohradech, takže mám k této části Prahy silný osobní vztah a ráda bych zde s Lukáškem zůstala i do budoucna."*

Paní Iva se svěřila, že nyní bohužel zažívají i těžké období. Lukášek přišel o svého dvanáctiletého pejska Rockyho, německého boxera, který s ním vyrůstal prakticky od jeho narození a byl jejich velkým a věrným kamarádem. Navíc Lukáškův dědeček bojuje s leukémií, a i proto pro ni rodina nyní znamená ještě větší hodnotu než dřív.

**Na otázku, jak to všechno zvládá, paní Iva říká:**
*„Přesto všechno se snažím zůstat silná a pokračovat dál. Lukášek mě naučil trpělivosti, empatii a tomu nevzdávat se ani v těžkých situacích. Péče o něj je pro mě smyslem života a chci mu být oporou tak dlouho, jak jen budu moci. Ve svém osobním životě bohužel musím konstatovat, že navazování vztahu a hledání si bližších přátel je velmi omezené. Ne každý vyhovuje Lukáškovi nebo naopak Lukášek jemu, proto jsem se rozhodla, že svůj život obětuji synovi a zůstanu na něj sama. Nebráním se osobně žádné známosti, ale taky ji bohužel už neočekávám. A i toto vědomí mi dává plno síly a prostoru pro péči o Lukáška a vlastně toho ani nelituji. Na závěr bych chtěla Praze 10 upřímně poděkovat za podporu a přístup k rodinám, které pečují o děti se zdravotním postižením. Velmi si vážím toho, že se na nás nezapomíná, a že se snažíte vytvářet prostředí, ve kterém mohou tyto děti i jejich rodiče důstojně žít."*



# Příběh pana Petra

**Jak sociální práce pomohla člověku, který ztratil jistoty, znovu najít stabilitu**



V prosinci 2024 se na odbor sociální městské části Praha 10 obrátil pan Petr. Ocitl se v náročné životní situaci – jeho zdravotní stav se zhoršoval, hrozila mu ztráta bydlení a psychická zátěž narůstala. Jeho příběh však začal mnohem dříve.

V roce 2012 se pan Petr rozváděl a přestěhoval se do pronajaté garsonky. V té době zažíval těžké období, které řešil alkoholem. Situace došla tak daleko, že za ním jednoho dne přišel vedoucí v práci a dal mu na výběr:

*„Najdi si jinou práci, pokračuj v pití, nebo nastup na léčbu. Pokud léčbu nepodstoupíš, do práce už nepůjdeš."*

Pan Petr se rozhodl pro léčbu – motivací mu bylo udržet si zaměstnání. Strávil tři měsíce v Psychiatrické nemocnici, kde mu byla poskytována odborná péče.

*„Původně jsem byl vyplašený, moc jsem nemluvil. Říkal jsem, že tam jsem kvůli šé-*

*fovi. Později jsem si uvědomil, že tam jsem díky šéfovi, který mě nevyhodil. Kdyby mi nedal na výběr, tak bych se hospitalizovat nešel," vzpomíná.*

Přiznat si problém s alkoholem pro něj nebylo jednoduché, ale pobyt v nemocnici dnes hodnotí jako zásadní a pozitivní zkušenost, která mu pomohla nastartovat změnu v životě.

Po léčbě se pan Petr vrátil do práce. Jako technik nápojových automatů cestoval po celé republice a fungoval bez větších potíží.

Po letech stabilního života se však jeho zdravotní stav začal výrazně zhoršovat. *„Začal jsem špatně chodit, ale bál jsem se jít k doktorovi. Myslím si, že kdybych to řešil dřív, možná bych ještě mohl pracovat. Dnes se pohybuji jen s chodítkem."*

Do toho mu majitel bytu oznámil, že plánuje rekonstrukci domu a nájemní smlouvu mu neprodlouží. Nakonec ji sice prodloužil do konce roku 2024, ale nejistota zůstala. Zdravotní stav mu zároveň znemožnil pokračovat v práci.

S pomocí praktické lékařky podal žádost o invalidní důchod, který mu byl následně přiznán. *„Začal jsem řešit hodně věcí najednou – zdraví, bydlení, práci, strach, že už si nic nenajdu."*

V roce 2024 podstoupil operaci kyčle a dvouměsíční lázeňský pobyt. Po návratu začal hledat nové bydlení, ale realita trhu ho šokovala: *„Myslel jsem si, že to nebude tak složité. Zděsil jsem se, jak drahé pronájmy jsou."*

Kamarádka mu pomohla podat žádost o pronájem bytu na MČ Praha 10 i magistrátu hlavního města Prahy a také o příspěvek ze Sociálního nadačního fondu hlavního města Prahy. Doporučila mu také obrátit se na odbor sociální.

*„Kdyby mi to nenabídla, ani bych nevěděl, že nějaká pomoc na úřadě existuje."*

V prosinci 2024 se pan Petr poprvé dostavil na odbor sociální. *„Nevěřil jsem, že mi nějaká úřednice může pomoci."* Během dvou hodin byla detailně zmapována jeho situace a probrány možné kroky řešení.

*„Byl jsem tu dvě hodiny a pro mě to bylo něco neskutečného vzhledem k tomu, co jsem zažil s úřady v minulosti."* Tento okamžik označuje jako moment, kdy se jeho život začal měnit.

Od té doby byl pravidelně kontaktován sociální pracovnicí. *„To, že mi skoro každý týden volala sociální pracovnice – pro mě vlastně cizí člověk – a jen se zeptala, jak*

*se mám, a že má nové informace, mě v tu chvíli znovu postavilo na nohy. Dodávalo mi to naději.“*

V té době žil pět měsíců na ubytovně, což bylo velmi náročné období.

Postupně byla za pomoci sociální pracovnice vyřízena žádost o pronájem bytu zvláštního určení – tedy bytu pro osoby se zdravotním postižením nebo seniory, kteří potřebují pomoc druhé osoby. Po několika měsících byla žádost schválena a pan Petr se mohl stěhovat.

Před nastěhováním využil bezúročnou zápůjčku ze Sociálního nadačního fondu hlavního města Praha na úhradu prvních dvou nájmů. Získal také dar – novou televizi ze sbírky pořádané Domem spokojeného žití Sámova. Projevila se i solidarita mezi nájemci, kteří poskytli drobné dary do domácnosti. Pomohla mu také bývalá kolegyně, která zajistila postel. Další podporu získal z projektu městské části Prahy 10 (spolufinancováno z prostředků magistrátu hl. m. Prahy) na zařízení bytu, z nábytkové banky a formou dávky mimořádné okamžité pomoci na nákup lednice. Organizace Chytrá péče mu poskytla podporu v oblasti finanční gramotnosti i při řešení dávek.

Nejintenzivnější podpora probíhala od prosince 2024 do konce roku 2025. Dnes je pan Petr stabilizovaný a kontakt se sociální pracovnicí probíhá preventivně.

*„Kdybych neměl nyní bydlení, asi bych skončil někde pod mostem. S mým zdravím bych neměl sílu si něco najít. Sám bych se nezvedl.“*

Sociální pracovnice zdůrazňuje, že pan Petr nebyl pasivním příjemcem pomoci. Aktivně se podílel na plnění plánu podpory a využil všechny dostupné možnosti. Velmi pozitivně hodnotí také to, že byla volná bytová jednotka v Domě spokojeného žití Sámova a byt mu byl přidělen. Ačkoli pan Petr dostal podporu a nasměrování, to nejdůležitější vycházelo z něj samotného. Díky své vnitřní síle, trpělivosti a ochotě spolupracovat je dnes tam, kde je.

**Co by pan Petr doporučil lidem v podobné situaci**
*„Řešte své zdraví včas, nebojte se jít k lékaři a choďte na prevence.“*

*„Je těžké si přiznat problém s alkoholem, ale je důležité rozhodnout se, že s tím chcete něco dělat.“*

*„Člověk na to nemusí být sám. Existují lidé a instituce, které vám mohou pomoci a nasměrovat.“*


CENTRUM SOCIÁLNÍ
A OŠETŘOVATELSKÉ POMOCI
V PRAZE 10

# Příběh Josefa

**Cesta k vlastnímu domovu**



*„V osmnácti letech většina mých vrstevníků řeší maturitu nebo první lásky. Já jsem se však ze dne na den ocitl bez domova. Po složité rodinné situaci a úmrtí jednoho z mých rodičů se mi svět obrátil vzhůru nohama. Kvůli napjatým vztahům s otcem jsem musel odejít z domu a najednou jsem nevěděl, kde budu druhý den spát.*

*I přes obrovskou nejistotu pro mě zůstala prioritou škola. Studuji obor Veřejnosprávní činnost a věděl jsem, že vzdělání je moje jediná cesta k lepšímu životu. Přespával jsem u rodiny své přítelkyně, teta mi pomáhala s výdaji na školu a po večerech jsem si přivydělával na brigádách. Ale bez stabilního zázemí se studuje velmi těžko. Rozhodl jsem se proto vzít osud do vlastních rukou a oslovil jsem úřad Prahy 10."*

**Pokud se nacházíte v bytové nouzi nebo řešíte složité sociální problémy spojené s bydlením, pracovníci Kontaktního místa pro bydlení na Praze 10 vám mohou pomoci:** Pomohou s hledáním odpovídajícího bydlení a zorientováním se v procesu nájmu; Zprostředkují komunikaci mezi odbory úřadu a poskytnou odbor-



né sociální poradenství; Nabízejí bezplatné právní konzultace týkající se bydlení; Fungují jako kontaktní osoby při řešení problémů se sousedy nebo dlužným nájemným.

*„Díky skvělé spolupráci sociálních pracovníků a poradců mi byl schválen startovací byt. Byl to pro mě zlomový okamžik, díky kterému jsem získal jistotu, stabilitu a místo, kterému mohu říkat domov."*

**Postup pro získání startovacího bytu začíná na Odboru bytů a nebytových prostor (OBN):** Navštivte OBN osobně (případně se svým sociálním pracovníkem), kde vám vysvětlí postup a možnosti. V žádosti co nejpodrobněji popište svou sociální a zdravotní situaci. Čím konkrétnější informace uvedete (např. specifické potřeby, lokalita), tím lépe může být vaše situace posouzena. Vyplněnou žádost odevzdejte na podatelně MČ Praha 10.

*„Začátky byly skromné, byt byl úplně prázdný. Neměl jsem prostředky na nákup nábytku ani základních spotřebičů. V tento moment se propojila pomoc úřadu s neziskovým sektorem."*

**Po přidělení bytu začíná proces zabydlování, ve kterém nejste sami:** Pokud je schválena žádost s doporučením sociální práce, Poradce pro nájemníky vás propojí se zabydlující organizací. Zabydlující organizace vám pomohou s prohlídkou bytu, přihlášením energií i nastavením domácího hospodaření. Projekt „Podpora stabilního bydlení": Tento projekt (např. ve spolupráci s organizací Člověk v tísni) pomáhá lidem v nouzi získat základní vybavení domácnosti z nábytkových bank a darů, aby byl jejich start v novém domově důstojný.

*„Díky tomuto projektu a organizaci Člověk v tísni se mi podařilo sehnat základní vybavení. Dnes mám konečně klid na studium a stabilní základ pro svou budoucnost. Spolupráce se sociálními pracovníky pokračuje i nadále, což mi dodává jistotu, že i případné budoucí překážky zvládnu.*

*Klíčem k úspěchu je komunikovat včas a nestydět se požádat o pomoc. Správně připravená žádost a spolupráce s odborníky vám mohou otevřít dveře k novému začátku, stejně jako se to povedlo mně."*

# DALŠÍ PŘÍBĚHY Z PRAXE



# Paní Marie už na své obavy není sama

*„Sdílená bolest je poloviční bolest a sdílená radost je dvojnásobná radost."*


Ilustrační foto

### 1. Situace: Když se svět kolem vás vytratí

Paní Marie (80+) zůstala po pandemii covidu-19 a ztrátě sestry úplně sama. Synovec daleko, psychická nepohoda narůstala. Marie se sice fyzicky zvládla obsloužit, ale z bytu se vytrácel život a nastěhoval se strach. Pomoc přišla včas – díky její praktické lékařce, která kontaktovala náš odbor.

### 2. Cesta: Jak jsme Marii pomohli najít pevnou půdu pod nohama

Naše sociální pracovnice navštívila Marii přímo u ní doma. Společně neřešily papíry, ale Mariin život. Postupně jsme pro ni poskládali „záchrannou síť":

— **První pomoc pro duši:** Doporučili jsme **Linku seniorů Elpida (800 200 007)**. Je to bezplatné ucho, které naslouchá každý den, když se večer dostaví smutek.

— **Lék na osamělost:** Zprostředkovali jsme návštěvy **dobrovolnice**. Dnes už Marie jen nesedí u televize, ale chodí na procházky a má si s kým popovídat.

— **Pocit bezpečí v kapse:** Protože Marie doma několikrát upadla, pomohli jsme jí zařídit **tísňovou péči**.

### 3. Výsledek: Pocit bezpečí a nová chuť do života

Marie má dnes u sebe tísňové tlačítko. Ví, že když upadne, pomoc je na dosah jednoho stisku. Díky dobrovolnici se přestala bát chodit ven a v parku si našla nové známé. Už se necítí jako trosečník ve vlastním bytě.

Cítíte se v podobné situaci? Nečekejte, až se problémy nabalí. Zavolejte nám na 267 093 513 – společně najdeme cestu ven.

*Víte, že?*

**Linka seniorů Elpida** je bezplatná služba, která nabízí prostor pro sdílení pocitů a pomáhá volající provázet náročnými životními situacemi. Také poskytuje kontakty na další služby a instituce. Na linku 800 200 007 se můžete obrátit každý den od 8:00 do 20:00.

*Víte, že?*

**Dobrovolník** vykonává své činnosti bez vlastního prospěchu a bez nároku na jakoukoliv odměnu. Naopak své zkušenosti předává ve prospěch veřejnosti. Dobrovolnictví v České republice je součástí mezinárodního dobrovolnictví a část je i právně upravena zákonem o dobrovolnické službě. Dobrovolníci jsou nezbytnou součástí českého veřejného prostředí.

*Víte, že?*

**Tísňová péče** je terénní služba, která se poskytuje nepřetržitě a distančně prostřednictvím hlasové a elektronické komunikace. V praxi to znamená, že máte v domácnosti senzor a u sebe tísňové tlačítko. V případě pádu či jiné krizové situace můžete tlačítko stisknout, a tak se spojit s dispečinkem služby. Co vše se v rámci služby poskytuje, záleží na vás a organizaci. Můžete tak kromě montáže zařízení a tlačítka mít i pravidelné telefonáty a uložení klíčů. Tísňová péče je služba hrazená. MČ Praha 10 poskytuje uživatelům těchto služeb každý rok jednorázový finanční příspěvek na jejich provoz. Obracet se můžete na Oddělení zřízených organizací a zdravotnictví Odboru Sociálního.



**TIP:** Pokud se vy nebo někdo ve vašem okolí bojíte pádů nebo samoty, ozvěte se našemu **Oddělení zřízených organizací a zdravotnictví**. Poradíme vám, jak získat příspěvek na tísňovou péči.



*Jedno malé tlačítko.*
*Velký pocit bezpečí.*

# Co by dnes paní Sylvie udělala jinak

*„Nikdy by mě nenapadlo, že o dům přijdu a s ním i o část své rodiny."*

**1. Situace: Rozhodnutí učiněné z důvěry**
Paní Sylvii je 74 let. S manželem prožila více než padesát let společného života, vychovali dvě děti a vždy si zakládali na dobrých rodinných vztazích.

Po smrti manžela zůstala sama v rodinném domě. Mladší syn Adam jí nabídl pomoc s jeho údržbou a navrhl, aby na něj dům převedla. Paní Sylvie svému synovi důvěřovala a v dobré víře mu nemovitost darovala. Veškeré formality zajistil syn.

Teprve později zjistila, že situace není tak jednoduchá, jak si představovala. Starší syn se cítil rozhodnutím dotčený a přerušil s rodinou kontakt. Postupně se zhoršily i vztahy s mladším synem. Paní Sylvie navíc zjistila, že nemá v domě zřízené ani věcné břemeno a nemá tak právně zajištěno své další bydlení.

*„Najednou jsem měla pocit, že ve vlastním domově překážím."*

Do kanceláře sociální pracovnice přišla v doprovodu kamarádky. Měla strach, stud a obavy z budoucnosti.

**2. Cesta: Když je potřeba hledat nové řešení**
Sociální pracovnice nejprve paní Sylvii vyslechla a společně podrobně zmapovaly její situaci. Následně jí zprostředkovala **bez-**


*Ilustrační foto*

**platnou právní konzultaci,** kterou mohou klienti odboru sociálního využívat.

Právní rozbor bohužel ukázal, že možnosti navrácení darované nemovitosti jsou velmi omezené. V případě paní Sylvie nebyly splněny podmínky, které by umožňovaly jednoduché odvolání daru. Další cesta by vedla pouze prostřednictvím soudního řízení.

Paní Sylvie však neměla sílu vést dlouhý rodinný spor. Rozhodla se proto zaměřit na budoucnost a hledat nové bezpečné bydlení.

Sociální pracovnice jí pomohla podat žádost o dostupné bydlení, žádost o byt u Magistrátu hlavního města Prahy a zároveň představila možnosti bydlení určené seniorům. Společně vyhodnotily, že nejvhodnějším řešením bude podání žádosti o byt zvláštního určení v Domě spokojeného žití Sámova.

### 3. Výsledek: Nová jistota do dalších let

Paní Sylvie si uvědomila, že minulost již změnit nedokáže. Díky včasné sociální práci ale získala přehled o svých možnostech a konkrétní plán, jak svou bytovou situaci řešit.

**Dnes ví, že na své starosti není sama.** Má podané žádosti o vhodné bydlení.

Především však získala jistotu, že existují odborníci, kteří jí pomohou zorientovat se i v těch nejsložitějších životních situacích.

*Víte, že?*

Městská část Praha 10 poskytuje klientům odboru sociálního **bezplatné právní poradenství**. Právník může pomoci například při řešení převodů nemovitostí, dědictví, rodinných sporů nebo bytových záležitostí.

*Víte, že?*

**Darování nemovitosti** je nevratný právní krok, který může mít zásadní dopad na budoucí bydlení seniora. Pokud senior převádí svou jedinou nemovitost za života, je vždy vhodné konzultovat situaci předem s právníkem a zvážit i jiné možnosti, například pořízení závěti.




**TIP:** Uvažujete o darování bytu nebo domu dětem či vnoučatům? Nepodepisujte žádné dokumenty bez předchozí konzultace s odborníkem. Včasná právní rada může předejít problémům, které se později řeší jen velmi obtížně.



# Klára hledá bezpečné místo mezi dvěma světy

*„Každé dítě potřebuje mít kolem sebe dospělé, kterým může důvěřovat."*

### 1. Situace: Dětství poznamenané závislostí

Klára vyrůstala v rodině, kde oba rodiče bojovali se závislostí na návykových látkách. Přestože ji měli rádi, postupem času nebyli schopni zajistit jí stabilní a bezpečné prostředí pro život.

V prvních letech života se rodině dostávalo podpory od různých pomáhajících organizací, rodiče však postupně spolupráci odmítali. Klára se stále častěji ocitala bez potřebné péče a situace začala být pro její vývoj ohrožující.

Když bylo Kláře 7 let, rozhodla se zasáhnout její babička. Převzala péči o vnučku a poskytla jí bezpečný domov, stabilitu a zázemí, které dítě potřebuje.

Situaci dlouhodobě sledoval **orgán sociálně-právní ochrany dětí (OSPOD)**, jehož úkolem je chránit zájmy dítěte a hledat řešení, která jsou pro něj nejvhodnější.

### 2. Cesta: Hledání nejlepšího řešení pro dítě

Přestože Klára žila u babičky spokojeně, situace nebyla jednoduchá. Matka se s odloučením od dcery nedokázala smířit a opakovaně zasahovala do jejího života způsobem, který Kláře nepřinášel pocit bezpečí. V určitém období proto soud rozhodl o zákazu styku mezi matkou a dcerou.



*Ilustrační foto*

Po několika letech však nastala významná změna. Matce se podařilo překonat závislost a začala usilovat o obnovení vztahu se svou dcerou. Rodina se ocitla před nelehkým rozhodnutím, jak nastavit další společné fungování.

Do celého procesu byli zapojeni pracovníci OSPOD, soud i další odborníci. Společně posuzovali, co je v danou chvíli v nejlepším zájmu Kláry.

Náročné životní změny se však na dospívající dívce podepsaly. Nejistota a obavy z budoucnosti vedly k psychickým obtížím, a proto byla rodině doporučena odborná pomoc.

### 3. Výsledek: Podpora pokračuje i po rozhodnutí soudu

Po zvážení všech okolností rozhodl soud o návratu Kláry do péče její matky. Současně nad její výchovou stanovil dohled, aby

bylo možné sledovat, jak se nová situace vyvíjí, a v případě potřeby rodině poskytnout další podporu.

**Klára a její matka si nyní postupně budují nový vztah. Na této cestě nejsou samy. Pomoc jim poskytují pracovníci OSPOD i další odborné služby, které rodinu provázejí obdobím změn.**

Přestože nikdo nedokáže s jistotou předpovědět budoucnost, Klára má kolem sebe síť lidí, kteří jí pomáhají zvládat náročné životní situace a vytvářet podmínky pro bezpečný a spokojený život.

*Víte, že?*

**Orgán sociálně-právní ochrany dětí (OSPOD)** chrání práva a zájmy dětí. Pomáhá dětem i jejich rodinám v situacích, kdy je ohrožen jejich vývoj, bezpečí nebo řádná péče.

*Víte, že?*

**Pěstounská péče** může být svěřena také příbuzným dítěte, například prarodičům. Dítě tak může vyrůstat v prostředí, které dobře zná, a zachovat si důležité rodinné vazby.

*Víte, že?*

**Soud může nad výchovou dítěte stanovit dohled.** Jedná se o opatření, které pomáhá rodině zvládnout náročnou situaci a zároveň umožňuje průběžně sledovat, zda jsou potřeby dítěte naplňovány.




**TIP:** Máte obavy o dítě ve svém okolí nebo si nejste jisti, zda rodina zvládá svou situaci? Nebojte se obrátit na orgán sociálně-právní ochrany dětí. Včasná pomoc může předejít závažnějším problémům a pomoci najít řešení, které bude v nejlepším zájmu dítěte.

# Poslední chvíle v klidu a důstojnosti

*„Věděli jsme, že maminku nevyléčíme. Díky hospicové péči jsme ale mohli být společně a soustředit se na to nejdůležitější."*

**1. Situace: Když léčba už nestačí**
Paní Kateřina stála společně se svou rodinou před jednou z nejtěžších životních situací. Její mamince bylo diagnostikováno nádorové onemocnění v pokročilém stadiu a léčba již nemohla nemoc zastavit.

Rodina se snažila být mamince co nejvíce nablízku, zároveň však čelila obavám z bolesti, zhoršujícího se zdravotního stavu i nejistotě, jak zvládnout závěrečnou fázi života důstojně a s potřebnou odbornou péčí.

**2. Cesta: Podpora pro pacienta i jeho blízké**
Řešením se stala **hospicová paliativní péče**. Maminka paní Kateřiny byla přijata do pobytového hospice, kde jí odborný tým pomáhá zvládat bolest a další obtíže spojené s onemocněním.

Paliativní péče se nezaměřuje pouze na samotného pacienta. Podporu poskytuje také rodině, která se vyrovnává s náročnou životní situací.

*„Pracovníci hospice nám naslouchali, vše trpělivě vysvětlovali a pomohli nám zvládat chvíle, které byly psychicky velmi náročné."*

Rodině zároveň pomohla **finanční podpora poskytovaná městskou částí Praha 10**.


*Ilustrační foto*

Díky dotačnímu programu získal hospic příspěvek na péči o klientku s trvalým pobytem na Praze 10, což snížilo finanční zátěž rodiny.

**3. Výsledek: Důstojnost až do poslední chvíle**
Maminka paní Kateřiny strávila závěr života v klidném a bezpečném prostředí obklopena svými blízkými.

Rodina měla možnost být s ní, kdykoli potřebovala, a soustředit se na společně strávený čas místo organizačních a finančních starostí.

*„Bylo to těžké období, ale díky péči hospice jsme věděli, že je o maminku dobře postaráno."*

*Víte, že?*

**Paliativní péče** je určena lidem s nevyléčitelným onemocněním v pokročilém stadiu. Jejím cílem není nemoc vyléčit, ale zmírňovat bolest, zachovat důstojnost člověka a zvyšovat kvalitu jeho života.

*Víte, že?*

Městská část Praha 10 dlouhodobě podporuje poskytovatele paliativní péče prostřednictvím dotačního programu určeného pro občany s trvalým pobytem na jejím území.

*Obraťte se na odborníky v oblasti paliativní péče.*





**TIP:** Pokud se vaše rodina ocitla v situaci, kdy blízký člověk čelí nevyléčitelnému onemocnění, obraťte se na odborníky v oblasti paliativní péče. Včasné informace a podpora mohou výrazně pomoci pacientovi i celé rodině zvládnout toto náročné období.

# Chlapeček jménem „Neurčeno“

*„Každé dítě má právo na jméno, rodinu a bezpečný domov. U jednoho chlapečka však cesta k tomu všemu trvala déle než rok.“*

**1. Situace: Neobvyklý začátek života**
Jednoho dubnového dne se v nocleh-árně pro osoby bez přístřeší narodil zdravý chlapeček. Jeho příchod na svět nebyl jednoduchý, ale od prvních chvil bylo zřejmé, že je to velký bojovník.

Jeho maminka se dlouhodobě potýkala se závislostí na návykových látkách a nebyla schopna o novorozeného syna pečovat. Krátce po porodu proto odešla a dítě zůstalo bez rodičovské péče.

Ani základní administrativní záležitosti však nebylo možné vyřešit jednoduše. Matka byla stále vdaná za muže, který nebyl biologickým otcem dítěte. Protože nebylo možné získat potřebné souhlasy k určení jména, byl chlapeček v evidenci veden pod neobvyklým jménem – „Neurčeno“.

**2. Cesta: Boj o jméno a budoucnost**
Situace se rychle stala komplikovanou i z právního hlediska. Bylo potřeba určit, který soud bude ve věci rozhodovat a kdo bude oprávněn řešit otázky týkající se dítěte.

Mezitím **pracovníci orgánu sociálně-právní ochrany dětí** intenzivně hledali pro chlapečka bezpečný a trvalý domov.


*Ilustrační foto*

Naštěstí se podařilo najít manželský pár, který prošel náročným procesem přípravy budoucích osvojitelů a byl připraven přijmout dítě do své rodiny.

**Chlapeček tak získal to nejdůležitější – milující domov**. Přesto však stále čekal na své oficiální jméno a na definitivní vyřešení své právní situace.

**3. Výsledek: Jméno, rodina a nový začátek**
Po více než roce se podařilo všechny právní překážky překonat. Soud rozhodl o zbavení rodičovské odpovědnosti biologických rodičů a dítě se stalo právně volným k osvojení.

Chlapeček konečně získal své jméno i možnost stát se plnohodnotným členem rodiny, která ho od začátku přijala za svého.

Dnes vyrůstá v bezpečném prostředí obklopen láskou a péčí. Jeho příběh ukazuje, že i když mohou být některé životní začátky velmi složité, společným úsilím odborníků, soudů a náhradních rodičů lze dětem nabídnout novou šanci na šťastný život.

*Každé dítě si zaslouží své místo, své jméno a bezpečný domov.*



*Víte, že?*

Pokud není možné bezprostředně po narození určit jméno dítěte, může být v matrice dočasně vedeno pod označením „Neurčeno“, dokud není situace právně vyřešena. Osvojení (adopce) umožňuje dítěti získat novou rodinu se stejnými právy a povinnostmi, jaké mají biologičtí rodiče a jejich děti.

*Víte, že?*

**Orgán sociálně-právní ochrany dětí** pomáhá hledat pro ohrožené děti bezpečné rodinné prostředí a hájí jejich nejlepší zájem v každé fázi řízení.



**TIP:** Přemýšlíte o osvojení nebo pěstounské péči? Obraťte se na pracovníky náhradní rodinné péče MČ Praha 10, kteří vám poskytnou informace o možnostech a celém procesu.

# Když člověk zůstane na všechno sám

*„Někdy největší pomoc nespočívá ve velkých rozhodnutích, ale v tom, že vedle člověka někdo trpělivě stojí."*


Ilustrační foto

### 1. Situace: Ztráta jediného blízkého člověka

Když paní Běle zemřela maminka, zůstala ve svém bytě úplně sama. Celý život žily společně a maminka zařizovala všechny důležité záležitosti. Běla se nikdy nenaučila vyřizovat úřední věci, hospodařit s penězi ani řešit běžné povinnosti spojené se samostatným životem.

Bylo jí 38 let, měla ukončenou speciální základní školu a jen omezené zkušenosti se světem mimo domov. O její situaci informovala úřad sousedka, která si všimla, že po smrti maminky zůstala bez jakékoli podpory.

Sociální pracovnice Prahy 10 ji navštívila krátce poté. Získat její důvěru však nebylo jednoduché. Běla byla uzavřená, nedůvěřivá a kontakt s cizími lidmi v ní vyvolával obavy.

### 2. Cesta: Pomoc, kterou nejprve odmítala

Po smrti maminky začaly přibývat problémy. Běla sice věděla, že musí platit nájem, ale netušila, že je potřeba hradit také energie, pojištění nebo další pravidelné výdaje. Postupně se začala dostávat do dluhů a stále více se uzavírala před okolním světem.

Sociální pracovnice jí opakovaně nabízela pomoc a doporučila sociální rehabilitaci, která pomáhá lidem získat dovednosti potřebné pro samostatný život. Běla však zpočátku spolupráci odmítala.

Po posouzení její situace rozhodl soud o omezení svéprávnosti a ustanovil jí **veřejného opatrovníka**.

Veřejný opatrovník začal řešit její finance, komunikaci s úřady i vzniklé dluhy. Současně se podařilo obnovit jednání o **sociální rehabilitaci**. Tentokrát už Běla souhlasila.

### 3. Výsledek: Nové dovednosti a větší samostatnost

Postupně se začala učit věci, které většina lidí považuje za samozřejmé – hospodařit s penězi, starat se o domácnost nebo komunikovat s okolím.

Velkým krokem vpřed bylo zapojení do pracovní terapie v tréninkové kavárně. Přestože byly začátky náročné, získala nové zkušenosti, sebevědomí i pravidelný režim.

Dnes paní Běla nadále žije ve svém bytě a aktivně spolupracuje s pracovníky, kteří ji podporují. Díky propojení sociální práce, veřejného opatrovnictví a sociální rehabilitace se podařilo stabilizovat její situaci a zachovat jí možnost žít ve vlastním domácím prostředí.

*Víte, že?*

**Veřejný opatrovník** pomáhá lidem, kteří si kvůli svému zdravotnímu stavu nebo omezeným schopnostem nedokážou sami vyřizovat důležité záležitosti. Pokud nemají vhodného příbuzného, může tuto roli vykonávat obec.

*Víte, že?*

**Sociální rehabilitace** podporuje lidi se zdravotním postižením nebo znevýhodněním v rozvoji dovedností potřebných pro co nejvíce samostatný život.






**TIP:** Pokud ve svém okolí víte o člověku, který po ztrátě blízké osoby nebo kvůli zdravotním obtížím nezvládá běžné životní situace, neváhejte se obrátit na sociální pracovníky. Včasná pomoc může zabránit ztrátě bydlení, zadlužení i sociální izolaci.

# Druhá šance pro Petru začala ještě za mřížemi

*„Nikdy není pozdě začít znovu. Někdy k tomu ale člověk potřebuje někoho, kdo mu podá pomocnou ruku."*


*Ilustrační foto*

**1. Situace: Rozhodnutí změnit svůj život**
Petra vyrůstala v nefunkční rodině a část dětství strávila v dětském domově. V dospělosti se ocitla na ulici, kde se dostala do špatné společnosti. Živila se drobnými krádežemi a po několika podmíněných trestech byla odsouzena k ročnímu trestu odnětí svobody.

Právě ve vězení si poprvé uvědomila, že nechce po propuštění pokračovat stejným způsobem života. **Rozhodla se proto ještě během výkonu trestu obrátit na sociálního kurátora Městské části Praha 10.**

**2. Cesta: Podpora od prvního dne na svobodě**
Sociální kurátor Petru navštívil přímo ve věznici a společně začali připravovat její návrat do běžného života.

Po propuštění už na ni čekalo zajištěné ubytování i pomoc s vyřízením dávek, aby měla prostředky na základní životní potřeby. Díky tomu se nemusela vracet k lidem ani prostředí, které ji v minulosti přivedly k trestné činnosti.

Po čase se však začaly objevovat psychické obtíže. Kurátor rozpoznal, že Petra potřebuje odbornou pomoc, a propojil ji s organizací, která poskytuje podporu lidem s duševním onemocněním. Petra začala docházet na terapii, zahájila léčbu a přestěhovala se do chráněného bydlení, kde získala bezpečné zázemí i podporu při každodenním životě.

**3. Výsledek: Nový začátek**
Postupně se Petře podařilo stabilizovat svůj zdravotní stav i životní situaci. Našla si práci jako uklízečka a s pomocí sociálního kurátora podala žádost o obecní byt.

Dnes pokračuje v budování samostatného života. Její cesta nebyla jednoduchá, ale ukazuje, že i po výkonu trestu může člověk dostat druhou šanci, pokud má odhodlání ke změně a v pravý čas se mu dostane odborné pomoci.

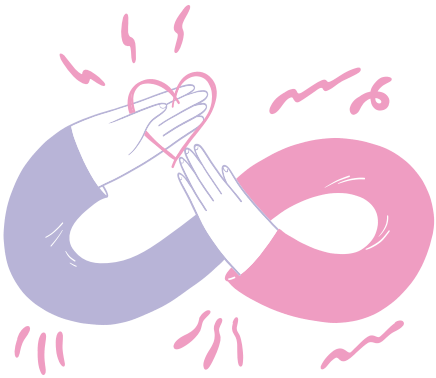
*Víte, že?*

**Sociální kurátor** pomáhá lidem po výkonu trestu odnětí svobody i osobám ohroženým sociálním vyloučením. Podporuje je při návratu do běžného života, hledání bydlení, zaměstnání i při řešení dalších životních obtíží.

*Víte, že?*

**Chráněné bydlení** je sociální služba určena lidem, kteří potřebují podporu při zvládání samostatného života. Pomáhá jim rozvíjet praktické dovednosti a připravit se na běžné bydlení.

*Na návrat do běžného života se můžeme připravit společně.*





**TIP:** Pokud se vy nebo někdo z vašich blízkých po výkonu trestu ocitnete v obtížné životní situaci, obraťte se na sociálního kurátora. Včasná pomoc může výrazně usnadnit návrat do běžného života a předejít opakování krizových situací.

# Janička dostala druhou šanci

*„Každé dítě si zaslouží vyrůstat v rodině, kde se cítí milované a v bezpečí."*

**1. Situace: Náročný start do života**
Když se Janička narodila, bylo od prvních dnů zřejmé, že její maminka nebude schopna zajistit jí bezpečnou a stabilní péči. Potýkala se s vážnými zdravotními problémy a závislostí na návykových látkách.

O budoucnosti malé holčičky bylo potřeba rozhodnout velmi rychle. Nejdůležitější bylo zajistit jí bezpečí, láskyplnou péči a prostředí, ve kterém se bude moci zdravě vyvíjet.

**2. Cesta: Pomoc, která přišla včas**
Krátce po narození byla Janička svěřena do **pěstounské péče na přechodnou dobu**. Díky tomu mohla od prvních měsíců života vyrůstat v rodinném prostředí a navázat si bezpečné vztahy s pečujícími dospělými.

Současně začalo hledání rodiny, která by jí mohla nabídnout trvalý domov.

Manželé, kteří dlouhodobě toužili stát se pěstouny, absolvovali potřebnou přípravu a čekali na okamžik, kdy budou moci některému dítěti otevřít svůj domov i své srdce.

Když se dozvěděli o malé Janičce, neváhali ani chvíli.

**3. Výsledek: Dětství plné bezpečí a lásky**
Dnes je z Janičky veselá a vnímavá holčička, která vyrůstá v prostředí plném péče, podpory a přijetí.


*Ilustrační foto*

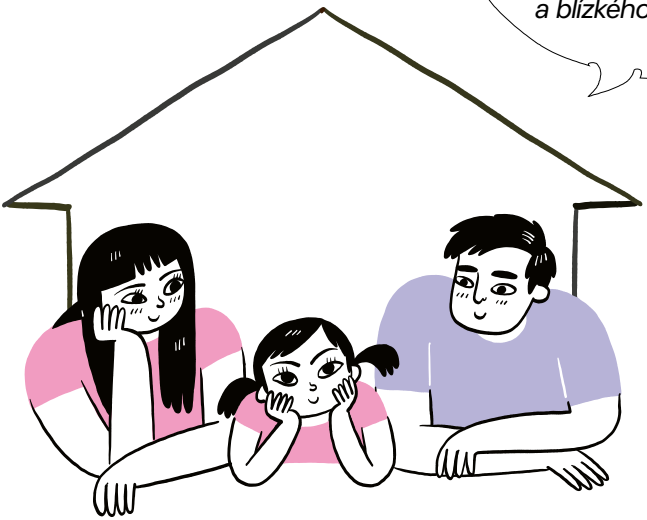
Díky systému náhradní rodinné péče nemusela strávit ani jediný den v ústavním zařízení. Od prvních měsíců života měla kolem sebe lidi, kteří jí věnovali čas, pozornost a lásku.

Její příběh ukazuje, jak důležitou roli hrají pěstounské rodiny v životě dětí, které nemohou vyrůstat se svými biologickými rodiči.

*Víte, že?*

**Pěstounská péče** na přechodnou dobu poskytuje dětem okamžité bezpečné zázemí v období, než se najde dlouhodobé řešení jejich situace. Dítě v ní může pobývat maximálně jeden rok. Děti vyrůstající v náhradní rodinné péči mají možnost navazovat pevné vztahy a zažívat běžný rodinný život, který je pro jejich zdravý vývoj zásadní.

*Dítě potřebuje především bezpečí, stabilitu a blízkého člověka.*



**TIP:** Přemýšlíte o pěstounství nebo byste se o této možnosti chtěli dozvědět více? Obraťte se na pracovníky náhradní rodinné péče MČ Praha 10. Rádi vám vysvětlí celý proces a odpoví na vaše otázky.



# Jeden okamžik změnil Michalovi celý život

*„Nikdo nepočítá s tím, že se ráno probudí zdravý a večer už bude odkázaný na invalidní vozík."*

**1. Situace: Život po vážném úrazu**
Michal vedl běžný aktivní život. Pracoval, sportoval a plánoval budoucnost. Pak přišla vážná nehoda, která mu během jediného okamžiku změnila život.

Po úrazu zůstal odkázán na invalidní vozík. Po návratu z nemocnice zjistil, že největší překážkou není jen zdravotní stav, ale také běžné každodenní věci. Jeho byt nebyl bezbariérový, nevěděl, na jakou pomoc má nárok, a ztrácel jistotu, jak svou novou situaci zvládne.

**2. Cesta: Pomoc krok za krokem**
Sociální pracovnice Michalovi pomohla zorientovat se v systému podpory. Společně požádali o příspěvek na péči, příspěvek na mobilitu i příspěvek na zvláštní pomůcku, který pomohl financovat nezbytné úpravy bytu.

Díky tomu bylo možné přizpůsobit domácnost tak, aby se v ní mohl samostatně pohybovat.

Později mu byl přiznán invalidní důchod, průkaz osoby se zdravotním postižením a sociální pracovnice mu pomohla vyřídit také parkovací průkaz. Vedle administrativní podpory ho motivovala k pokračování v rehabilitaci a návratu do běžného života.


*Ilustrační foto*

**3. Výsledek: Nový život s novými možnostmi**
Dnes, dva roky po úrazu, žije Michal aktivním životem. Pokračuje v rehabilitaci a postupně si zvyká na novou životní situaci.

Právě během rehabilitace poznal Soňu, která po úrazu prožila podobný osud. Společně dnes zjišťují, že i po velké životní změně může člověk znovu najít radost, oporu i plány do budoucna.

*Víte, že?*

**Lidé se zdravotním postižením** mohou získat řadu forem podpory, například příspěvek na péči, příspěvek na mobilitu nebo příspěvek na zvláštní pomůcku. Tyto dávky pomáhají financovat péči, dopravu i úpravy domácnosti potřebné pro samostatný život.

*Víte, že?*

**Průkaz osoby se zdravotním postižením** (ZTP nebo ZTP/P) umožňuje čerpat různé formy podpory a úlev. Jeho držitelé mohou za splnění zákonných podmínek získat také parkovací průkaz.

*Nemusíte znát všechny možnosti podpory. Pomůžeme vám se v nich zorientovat.*





**TIP:** Pokud se vy nebo někdo z vašich blízkých ocitnete po úrazu nebo kvůli zdravotnímu stavu v nové životní situaci, obraťte se na sociální pracovníky. Pomohou vám zorientovat se v systému dávek, služeb i dalších možností podpory.

# O pomoc si nemusí říkat jen ti nejslabší

*„Největší úlevou nebyly jen peníze. Bylo to vědomí, že na to nejsme sami."*

**1. Situace: Když se během chvíle změní celý život**

Gabriela a Petr byli spokojená mladá rodina. Po narození dvojčat přišel na svět ještě syn. Krátce po porodu se dozvěděli, že jejich chlapeček má těžké zdravotní postižení.

Rodina se naučila žít jinak. Díky službě rané péče zvládli první nelehké roky a postupně si vytvořili nový každodenní rytmus.

Když bylo synovi sedm let, zasáhla rodinu další těžká životní zkouška. Petrovi lékaři diagnostikovali onkologické onemocnění. Ze dne na den přišli o hlavní příjem a Gabriela zůstala na péči o nemocného manžela, syna se zdravotním postižením i dvě dospívající dcery téměř sama.

Přesto si dlouho nechtěli říct o pomoc.

**2. Cesta: Někdy stačí jeden rozhovor**

Jednoho dne šla Gabriela nakoupit do obchodního centra Eden. Před budovou právě probíhal **Veletrh sociálních a návazných služeb**, který každoročně pořádá Městská část Praha 10. U stánku odboru sociálního se dala do řeči se sociální pracovnicí.

Na společné schůzce prošly celou situaci rodiny. Ukázalo se, že mohou využít několik forem podpory, o kterých dosud nevěděli.



*Ilustrační foto*

Sociální pracovnice jí pomohla zorientovat se v systému sociálních dávek a upozornila ji také na dotační program Městské části Praha 10 určený rodinám s dětmi s těžkým zdravotním postižením.

Díky tomu se rodina mohla více soustředit na to nejdůležitější – na Petrovu léčbu a společný rodinný život.

**3. Výsledek: Naděje místo bezmoci**

Petrův zdravotní stav je dnes stabilizovaný a pokračuje v léčbě. Rodina zvládá náročné období s větším klidem a jistotou.

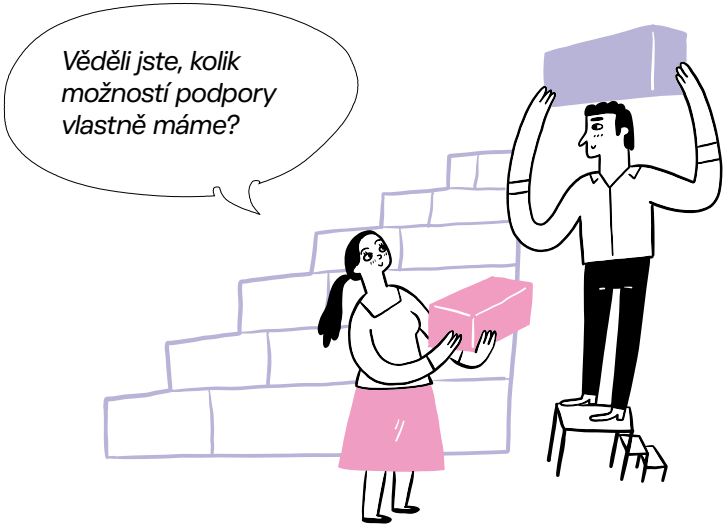
Gabriela později přiznala, že největší pomocí nebyly jen informace o dávkách nebo finanční podpoře. Důležité pro ni bylo vědomí, že existují lidé, kteří umí poradit a pomoci najít řešení i v situaci, která se zpočátku zdála bezvýchodná.

*Víte, že?*

**Raná péče** je bezplatná terénní sociální služba určená rodinám s dětmi do sedmi let věku se zdravotním postižením nebo ohroženým vývojem. Podporuje nejen dítě, ale i celou rodinu a pomáhá jí zvládnout náročnou životní situaci přímo v domácím prostředí.

*Víte, že?*

Městská část Praha 10 každoročně vyhlašuje **dotační program na podporu rodin s dětmi s těžkým zdravotním postižením**. Program pomáhá rodinám s dětmi, které jsou držiteli průkazu ZTP/P, zmírnit část nákladů spojených se školní docházkou.




**TIP:** Nebojte se obrátit na sociální pracovníky, i když máte pocit, že „to ještě zvládnete sami". Často pomohou najít podporu, na kterou máte nárok, a uleví vám dříve, než se obtížná situace stane krizí.

# O pomoc požádala paní Milada právě včas

*„Nejhorší nebyly modřiny. Nejhorší bylo, že jsem si myslela, že jsem na to sama."*

**1. Situace: Když se člověk začne bát vlastního domova**

Paní Milada byla vždy veselá a společenská žena. Po změně zaměstnání jejího manžela se ale všechno začalo měnit. Přestala se scházet s přáteli, uzavřela se do sebe a postupně přerušila téměř všechny kontakty.

Její dlouholetá kamarádka si všimla, že se něco děje. Když Miladu jednoho dne bez ohlášení navštívila, našla ji se zřetelnými modřinami na obličeji i po těle.

Milada se dlouho styděla přiznat pravdu. Nakonec se svěřila, že její manžel je vůči ní stále agresivnější a že už neví, jak dál.

Společně proto vyhledaly pomoc sociálních pracovníků Prahy 10.

**2. Cesta: Bezpečí je vždy na prvním místě**

Sociální pracovník paní Miladu doprovodil do specializované organizace, která pomáhá obětem domácího násilí. Získala zde krizovou podporu, bezpečnostní plán i možnost utajeného ubytování.

Krátce poté, co se manžel dozvěděl, že chce situaci řešit, ji znovu napadl. Tentokrát natolik vážně, že skončila v nemocnici. Případ začala řešit policie a následovalo trestní řízení.



*Ilustrační foto*

Po návratu z nemocnice pomáhal sociální pracovník paní Miladě také s bezplatným právním poradenstvím, rozvodem i podáním žádosti o sociální bydlení, aby mohla začít nový život v bezpečí.

**3. Výsledek: Naděje místo bezmoci**

Dnes žije paní Milada dočasně u své kamarádky, která jí byla po celou dobu velkou oporou.

Čeká na přidělení městského bytu a postupně si buduje nový život.

Ví, že požádat o pomoc nebylo projevem slabosti, ale prvním krokem k tomu, aby znovu získala pocit bezpečí a důstojnosti.

*Víte, že?*

**Domácí násilí** nemusí být jen fyzické. Patří sem také psychické, ekonomické nebo sexuální násilí i dlouhodobá kontrola a izolace partnera. Nikdo nemusí takové chování snášet.

*Víte, že?*

**Policie České republiky** může násilnou osobu vykázat ze společného obydlí, a to bez ohledu na to, komu byt patří. Cílem tohoto opatření je okamžitě ochránit osobu ohroženou domácím násilím.

*Požádat o pomoc nebyla slabost. Byl to první krok ke změně.*





**TIP:** Máte-li podezření, že někdo ve vašem okolí zažívá domácí násilí, nezůstávejte lhostejní. Citlivě nabídněte podporu a informace o možnostech pomoci. Právě včasná pomoc okolí bývá často prvním krokem k bezpečnějšímu životu.

# Pomoc přichází až ve chvíli, kdy člověk otevře dveře

*„Nikdo mě nemohl donutit ke změně. Musel jsem ji chtít sám."*

**1. Situace: Když si sousedé začnou dělat starosti**

Pan Viktor žil sám a se sousedy téměř nekomunikoval. Z jeho bytu se dlouhodobě šířil zápach, hromadil se odpad a okolní obyvatele trápil i hmyz.

Jedna ze sousedek se proto obrátila na sociální pracovnici Prahy 10. Nechtěla si stěžovat. Měla obavu, že pan Viktor potřebuje pomoc.

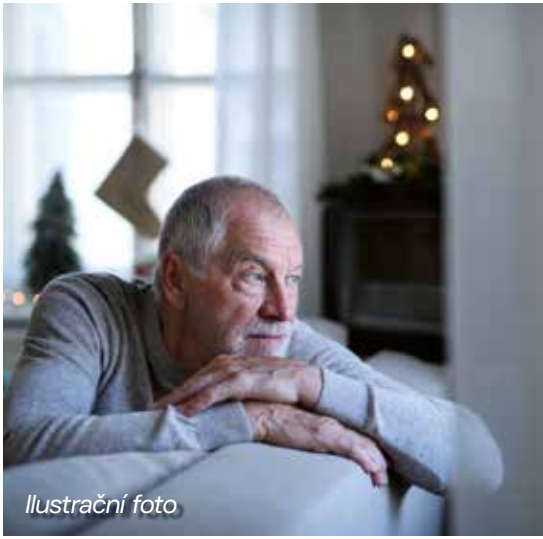
Sociální pracovnice pana Viktora navštívila. Byt byl silně zanedbaný a bylo zřejmé, že se potýká nejen s nepořádkem, ale i se zhoršujícím se duševním stavem. Přesto byl svéprávný a o další pomoci mohl rozhodnout pouze on sám.

**2. Cesta: Důvěra se buduje pomalu**

Sociální pracovnice pana Viktora opakovaně navštěvovala a trpělivě s ním mluvila. Teprve po čase souhlasil se spoluprací s terénním týmem organizace, která pomáhá lidem s duševním onemocněním.

Pravidelné návštěvy sociálního pracovníka a zdravotní sestry mu pomohly začít řešit zdravotní stav i každodenní život. Postupně začal docházet k psychiatrovi a získával větší náhled na svou situaci.

Po několika měsících se rozhodl udělat další důležitý krok – souhlasil s vyklizením



*Ilustrační foto*

svého bytu. Díky spolupráci s další neziskovou organizací se podařilo domácnost postupně vrátit do obyvatelného stavu.

**3. Výsledek: Změna je možná, když na ni člověk není sám**

Pan Viktor dnes pokračuje ve spolupráci s odborníky a aktivně pečuje o své duševní zdraví.

Největší změnou však není uklizený byt. Tou je skutečnost, že přijal pomoc a začal znovu přebírat odpovědnost za svůj život.

Příběh pana Viktora ukazuje, že sociální práce není o rychlých řešeních. Je především o trpělivosti, budování důvěry a respektování rozhodnutí člověka.

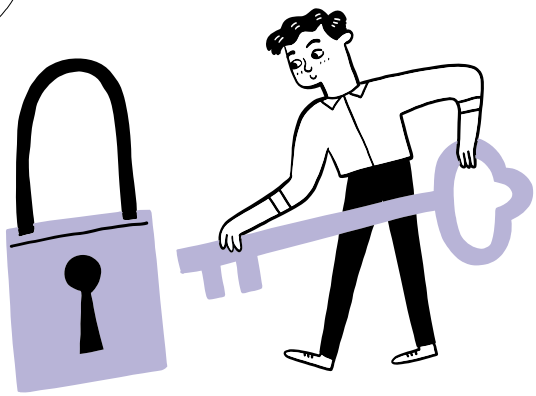
*Víte, že?*

**Sociální práce** je založena na dobrovolnosti. Pokud je člověk svéprávný, nemůže být ke spolupráci nucen, i když jeho životní situace působí velmi závažně.

*Víte, že?*

Extrémní hromadění věcí nebo zanedbávání domácnosti může souviset s **duševním onemocněním**, například s depresí, úzkostnou poruchou nebo tzv. Diogenovým syndromem. Včasná odborná pomoc může výrazně zlepšit kvalitu života člověka i jeho okolí.

*Pomoc vám můžeme nabídnout. Kdy a jak ji přijmete, je na vás.*



**TIP:** Máte obavu o souseda nebo známého, který žije v nevyhovujících podmínkách? Můžete se obrátit na sociální pracovníky své městské části. I když pomoc nelze nikomu vnucovat, citlivý a dlouhodobý kontakt často bývá prvním krokem ke změně.



# KOMUNITNÍ PLÁNOVÁNÍ SOCIÁLNÍCH A NÁVAZNÝCH SLUŽEB

# KOMUNITNÍ PLÁNOVÁNÍ SOCIÁLNÍCH A NÁVAZNÝCH SLUŽEB




## Společně tvoříme místo, kde se nám dobře žije

Život nám občas do cesty přihraje situace, na které naše vlastní síly nestačí. Může to být stáří, nemoc nebo nečekaná životní změna. V takových chvílích je důležité vědět, že v našem sousedství existuje záchranná síť, o kterou se můžeme opřít. Aby tato síť byla skutečně pevná a dostupná právě tam, kde ji potřebujete, využíváme metodu, která se nazývá Komunitní plánování sociálních a návazných služeb.

## Co si pod tím představit?

Představte si to jako otevřený rozhovor mezi námi všemi, kdo na „Desítce" žijeme.




Není to jen úřední tabulka v počítači, ale „živý" proces, kde se u „jednoho stolu" potkávají ti, kteří pomáhají, to jsou lidé pracující v domovech pro seniory, v pečovatelských službách nebo charitativních organizacích a my z úřadu jako zástupci městské části, kteří mají za úkol zajistit, aby pomoc byla kvalitní a dostupná.

## Proč je to důležité právě pro vás?

Cílem není vytvářet služby „od stolu", ale takové, které odpovídají skutečným potře-





bám lidí u nás doma. Neustále zjišťujeme, co by se mělo na Praze 10 zlepšit a na co se máme přednostně zaměřit. V praxi to znamená třeba to, že se zasadíme o to, aby byla pečovatelská služba dostupnější pro každého, kdo ji potřebuje. Nebo aby rodiny, které s láskou pečují o své blízké, nebyly na tuto náročnou situaci samy a měly se u nás o koho opřít. Jednoduše řečeno společně hledáme nejlepší řešení, abyste v našem regionu vždy našli pomoc, která je kvalitní a efektivní.

## Jak to funguje?

Komunitní plánování sociálních a návazných služeb (dále i KPSS) je o hledání cest, o povídání si a spolupráci. Právě díky společnému dialogu můžeme často objevit úplně nové a nečekané cesty, jak pomoci tam, kde je to zrovna potřeba.

## Chcete se zapojit i vy?

Vaše zkušenosti a postřehy jsou pro nás cenné. Vy, občané, sousedé nejlépe víte, co vám ve vašem životě a v okolí chybí a co by vám usnadnilo život.

Pokud byste se chtěli o plánování služeb dozvědět více nebo nám sdělit svůj názor, budeme moc rádi, když se nám ozvete a do společného plánování se zapojíte. Společně totiž dokážeme víc než každý sám.



## Naše pracovní skupiny

Středem našeho zájmu jste vy a vaše potřeby. Chceme, aby se nám všem na Desítce žilo lépe. V pracovních skupinách se soustředíme na hledání konkrétních cest, jak pomoci těm, kteří právě zvládají složité životní období ať už jde o seniory, sousedy se zdravotním postižením, rodiny s dětmi nebo lidi, kteří jsou sociálně vyloučení.




Aby byla naše pomoc co nejpřesnější, vytvořili jsme čtyři pracovní skupiny, scházíme se pravidelně, a to vždy na jaře s každou pracovní skupinou, a pak vždy v červnu před prázdninami se všemi pracovními skupinami společně. Další setkání pracovních skupin se koná na podzim a společné setkání v prosinci. Prosincové setkání pojímáme vánočně a pro odlehčení atmosféry máme vánoční výzdobu, pouštíme koledy, a dokonce vánoční úbory, k čemuž se zapojují i zúčastnění.

**— Rodina, děti a mládež**
Společně hledáme cesty, jak zajistit potřebný komfort rodinám s dětmi a mládeží tak, aby se jim na Praze 10 dobře žilo. Zaměřujeme se na podporu rodin formou sociálních i návazných – komunitních služeb. Naším společným cílem je, aby děti vyrůstaly v dobrém zázemí a rodiče měli kam jít pro radu.

**— Senioři**
Společně hledáme cesty, jak zajistit důstojné a spokojené stáří u nás na Desítce. V pracovní skupině řešíme společně dostupnost, rozvoj a kvalitu sociálních služeb, podporujeme aktivizační programy, které pomáhají udržet se v kondici a v kontaktu se sousedy.

**— Osoby se zdravotním postižením**
Společně se věnujeme odstraňování bariér v každodenním životě. Pomáháme lidem s handicapem najít vhodné služby, které jim usnadní pohyb po městě, komunikaci s úřady nebo zapojení do běžných aktivit. Snažíme se, aby se lidé se zdravotním postižením mohli zapojit do všech aktivit jako ostatní sousedé.

**— Osoby ohrožené sociálním vyloučením**
Společně hledáme cesty, jak podat pomocnou ruku těm, kteří se ocitli na okraji společnosti a pomoci jim vrátit se zpět do běžného života. Zde společně řešíme krizové situace, které mohou potkat každého, například když někdo přijde o bydlení nebo se utápí v dluzích. Skupina prakticky hledá způsoby, jak těmto lidem zajistit střechu nad hlavou, např. v azylových domech, jak jim pomoci najít cestu z dluhové pasti zpět k normálnímu životu.

## Co vzniklo na základě Komunitního plánování sociálních a návazných služeb

Za dobu realizace Komunitního plánování sociálních a návazných služeb, a to od roku 2004, se podařilo pro občany Prahy 10 zajistit rozsáhlou síť sociálních a návazných služeb.

V současné době úzce spolupracujeme s více než sto poskytovateli sociálních a návazných služeb, kteří poskytují své služby vám občanům Prahy 10.

Z významných projektů, které se na základě KPSS podařily, uvádíme např.:
— Veletrh sociálních a návazných služeb
— Bezplatné právní poradenství
— Bezplatné dluhové poradenství
— Katalog sociálních a návazných služeb
— Sociální poradenské centrum
— Poděkování dobrovolníkům za jejich činnost v sociální oblasti
— Služba mediace
— Každoroční předávání dárků od Farní charity Vršovice klientům odboru sociálního v Kostele svatého Mikuláše
— Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež
— Dopisy lékařům

Proces Komunitního plánování sociálních a návazných služeb považujeme z pohledu zajištění udržitelnosti a podpory rozvoje sociálních a návazných služeb za hlavní nástroj.

## Spolupracující organizace

MČ Praha 10 dlouhodobě podporuje udržitelnost a rozvoj sociálních a návazných služeb. Uvědomujeme si, že není efektivní, aby všechny služby pro občany Prahy 10 zajišťovala prostřednictvím zřízených organizací, proto věnuje mnoho času aktivitám podporujících spolupráci s organizacemi, které na území MČ Praha 10 a pro občany MČ Praha 10 poskytují své služby občanům. V rámci Komunitního plánování sociálních a návazných služeb spolupracujeme s více než 100 organizacemi, které pomáhají sociálním pracovníkům s řešením nepříznivých sociálních situací klientů. Bez této podpory by nebylo v silách sociálních pracovníků, aby sami poskytovali potřebnou podporu.

Za nejvýznamnější nástroj spolupráce považujeme kvalitně a efektivně nastavené dotační řízení MČ Praha 10, ve kterém jsou finančně podporovány spolupracující organizace, a to i formou víceletých dotací. Dlouhodobě se jedná o podporu v řádu mnoha milionů, jednu z největší v rámci hl. m. Prahy.

Kvalitně nastavená spolupráce a podpora poskytovatelů je základem k zajištění služeb pro potřebné obyvatele Prahy 10. Za důležité považujeme propojování organizací mezi sebou a vzájemné předávání informací o nových projektech a volných kapacitách.

## Tváře komunitního plánování: Společně tvoříme Desítku

Komunitní plánování sociálních služeb (KPSS) vám sice stále může znít jako složitý termín, ale **ve skutečnosti jsou to lidé** – jejich potřeby, zkušenosti a společná vize. Je to **otevřený prostor, kde se u jednoho stolu setkávají ti, kteří pomoc potřebují, ti, kteří ji nabízejí, a ti, kteří ji organizují.** Pro přiblížení tohoto tématu jsme se zeptali na pár otázek několika našich dlouholetých účastníků:

— Jak dlouho se účastníte komunitního plánování?
— Co vás k účasti motivovalo?
— Co vám tato spolupráce přinesla?
— V čem vidíte největší smysl KPSS?
— Vaše osobní hodnocení?

---

**Ing. Naďa Lexová, 74 let**
Pohled občana a seniora: *„Naděje, že nezůstaneme sami."*

Komunitního plánování sociálních služeb (KPSS) se zúčastňuji dlouhodobě. Motivací k zapojení do práce KPSS byla původně péče o těžce zdravotně postiženou dceru, proto jsem se zapojila do pracovní skupiny pro péči o osoby zdravotně postižené. Díky fungující práci této skupiny jsem získala naději, že se lze obrátit o pomoc v případě, až nám v rodině nebudou stačit síly na péči. Byla jsem rovněž zvolena členkou koordinační skupiny, neboť jsem chtěla podporovat související potřeby jednotlivých cílových skupin.

Po smrti dcery v r. 2019 jsem přestoupila do skupiny seniorů, kam patřím z věkových důvodů (74 let).

Proces KPSS poskytuje naději pro uživatele a pečující osoby do budoucna, že nebudou v případě potřeby osamoceni. Aktualizované brožurky rozdávám každoročně v místě bydliště potřebným občanům.

Velmi děkuji za fungující spolupráci zadavatelům a poskytovatelům sociálních a návazných služeb, bezpečně zastřešovanou vedením sociálního odboru včetně koordinace procesu KPSS ve všech fázích tvorby a realizace.

---

**Aleš Strnad, organizace Naděje, pobočka Praha**



Pohled poskytovatele: „Není to jen papír pro papír."

Komunitního plánování se účastním snad od jeho prvopočátku, kdy začal být na MČ Praha 10 realizován, což znamená velmi, velmi dlouho.

Důvodů k účasti bylo několik. Mezi ty nejzásadnější zcela jistě patří: možnost spoluvytvářet systém, navrhovat cíle a opatření, která směřují k rozvoji, zvýšení dostupnosti, kapacit poskytovaných sociálních služeb pro danou cílovou skupinu na MČ Praha 10. Dalším důvodem bylo přenesení poznání a zkušenosti z poskytovaných služeb, resp. aktuálních

situací, potřebností přímo z terénu zpět na úřad, resp. mezi aktéry tvořící Komunitní plán na dané období. Rovněž účast na setkáních Komunitního plánování poskytuje prostor pro vzájemné poznání, navázání spolupráce, sdílení, předávání zkušeností, informací mezi jednotlivými aktéry, ať již zástupců poskytovatelů sociálních služeb, státní správy, samosprávy s cílem vytvoření, co nejvhodnější sítě sociálních služeb, návazných služeb, podpory pro potřebné osoby či skupiny obyvatel.

Účast na setkáních, resp. pracovních skupinách Komunitního plánování mi přinesla řadu zajímavých postřehů, kontaktů, nastavené spolupráce i zajištění sociálních služeb pro potřebnou cílovou skupinu. Stejně tak i případné informace z radnice o nových trendech, službách.

Smysl a význam Komunitního plánování vnímám v transparentnosti sdělení jednotlivých cílů, opatření, která budou v daném období prioritními, činnostmi, která budou svým obsahem naplňovat stanovené oblasti/cíle. Stejně tak je důležitý i neúspěch – v případě, že se nepodaří v daném období stanovený cíl zcela realizovat, tak je nutné zdůvodnit, proč a jak dále bude v této oblasti v následujícím období postupováno, zdali je uvedená oblast/cíl ještě vůbec aktuální, či již nikoliv. Může to být nejen takový jízdní řád, ale i vize, strategie, na které je důležité společně pracovat. Na základě uvedeného nevnímám proces KPSS jako tvorbu „papíru pro papír".

Osobně se domnívám, že proces KPSS je na území MČ Praha 10 realizován profesionálně, s důrazem na jeho důležitost, potřebnost, a to zejména díky zodpovědné osobě za úřad, a to paní L. Zákorové, vedoucímu odboru sociálního panu P. Petříkovi, dalším pracovníkům a pracovnicím tohoto odboru, dále nezávislé (externí) osobě podílející se na procesu Komunitního plánování i aktivní účasti zástupců samosprávy, tedy zejména radnímu pro oblast sociální i předsedkyni sociální komise, stejně tak i dalším aktérům a odborníkům z řad NNO, kteří společně tvoří výstupy KPSS pro následnou realizaci v praxi.

---

**Mgr. Regína Dlouhá,**
**ředitelka Klubu K2, o.p.s.**



Pohled rodinných center: *„Stabilita pro kvalitní služby."*

V komunitním plánování na Praze 10 jsme od samého začátku. Tato spolupráce byla zásadním impulsem pro rozvoj našich dětských skupin.

Dnes, díky podpoře městské části provozujeme čtyři s kapacitou 72 míst. Za klíčový úspěch považujeme uznání práce rodinných center jako priority v oblasti sociálních a návazných služeb.

Společné sdílení potřeb s vedením města se promítá do konkrétních opatření, jako je víceleté financování. Právě to je pro nás zásadní, protože přináší stabilitu a umožňuje nám dlouhodobě rozvíjet kvalitní služby pro rodiny na Praze 10.

---

**Jarmila Neuwirthová, matka dítěte se zdravotním postižením a zástupkyně organizace Péče bez překážek**



Pohled neformální pečující: *„Hlas rodičů, který byl vyslyšen."*

Komunitního plánování se zúčastňuji cca od roku 2020.

Zastupuji rodičovský spolek Péče bez překážek, který sdružuje rodiče dětí a dnes již i mladých dospělých s těžkým kombinovaným postižením. Sama jsem rodič dítěte s postižením, takže mám osobní zkušenost. V té době nám v Praze chyběly pobytové odlehčovací služby. Místo, kde by naše děti mohly bezpečně strávit pár dní s přespáním a my měli jistotu, že o ně bude dobře postaráno. Jako dlouhodobě pečujícím rodičům nám chyběl čas na odpočinek, péči o zdravé sourozence či zdravotní péči. Chtěli jsme vznik takové služby prosadit a byli jsme přesvědčení, že prezentace záměru v pracovní skupině pro osoby se zdravotním postižením v rámci komunitního plánování je tím správným místem. V té době také v pracovní skupině nebyli žádní zástupci neformálních pečujících, pouze poskytovatelé sociálních služeb.

Dostali jsme prostor pro naše téma, mohli jsme přednést, proč jsou odlehčovací služby pro rodiče důležité a že v Praze mají nedostatečnou kapacitu. Souběžně jsme jednali i s radním pro sociální oblast a paní starostkou MČ Prahy 10. Díky součinnosti všech dotčených aktérů, včetně Magistrátu hl.m. Prahy se podařilo v roce 2021 pobytovou odlehčovací službu pro rodiny dětí s postižením otevřít. Z našeho průzkumu z roku 2021 vyplynulo, že je také potřeba navýšit kapacitu denních stacionářů pro klienty s kombinovaným postižením. Proto se nyní podobným způsobem snažíme prosadit vznik denního stacionáře pro mladé dospělé s kombinovaným postižením na území MČ Praha 10. V současnosti je záměr výstavby nového denního stacionáře na Zahradním Městě ve fázi architektonické studie, následně bude zadáno zpracování projektové dokumentace. Věříme, že se co nejdříve podaří zahájit stavební práce, protože desítky rodin na tuto pomoc a podporu již dlouho čekají. Děkuji všem, kdo se na posouvání záměru podílejí a kterým podpora rodin pečujících o blízkého s hendikepem není lhostejná.

Vzájemné setkávání umožňuje lépe plánovat a koordinovat potřebné sociální služby. Organizace/poskytovatelé sociálních služeb se také mohou vzájemně inspirovat a přinášet příklady dobré praxe.

I díky komunitnímu plánování se na desítce podařilo otevřít pobytovou odlehčovací službu pro rodiny dětí s postižením a doufám, že stejně tak tomu bude i u denního stacionáře pro mladé dospělé. KPSS vidím jako nezbytnou součást plánování rozvoje sociálních služeb. Praze 10 se dlouhodobě daří rozvíjet potřebné sociální služby, zjm. prostřednictvím neziskových organizací. Protože mám srovnání, dá se říct, že Praha 10 může být v komunitním plánování a jeho koordinaci vzorem pro ostatní městské části. Ráda bych vyzvala i další neformální pečující a samotné uživatele sociálních služeb, aby se do pracovní skupiny pro osoby se zdravotním postižením zapojili a komunikovali svoje potřeby směrem k zástupcům městské části i sociálních služeb.

---

**Mgr. Lucie Hrušková, garantka terénních programů Beztíže, Dům dětí a mládeže Praha 3 – Ulita**

Do komunitního plánování sociálních a návazných služeb na území MČ Praha 10 se naše organizace zapojila již od roku 2021, kdy jsme zahájili činnosti terénního programu pro děti a mládež. Současně jsme navázali úzkou spolupráci s Odborem sociálním ÚMČ Praha 10.

K účasti na setkáních nás motivuje budování partnerství mezi městskou částí, námi a dalšími poskytovateli sociálních a návazných služeb.



Proces komunitního plánování nám umožnil se navzájem slyšet, navnímat aktuality, trendy a potřeby městské části, abychom pak na to mohli ve službě lépe reagovat. Naopak nám to přináší příležitost vznášet i naše vlastní potřeby k městské části nebo systému, a to pro usnadnění průběhu přímé práce.

Za důležité považujeme, že se setkáváme fyzicky a předáváme si zkušenosti, společně plánujeme rozvoj služeb a řešíme problémy občanů MČ Praha 10. Snižuje to bariery v případě potřeby se síťovat či další spolupráce. Městská část může napřímo mapovat potřeby sociálních služeb a zlepšovat jim tak podmínky pro jejich klientskou práci.

Jsme velice rádi za tyto možnosti být v aktivním kontaktu s městskou částí. Věříme, že kvalita našeho partnerství a vzájemné spolupráce má pozitivní dopad na naše klienty v přímé práci.

**Lenka Holubcová,**
**za Občanské sdružení SEPPIA, z.s.**



Komunitního plánování na Praze 10 se účastníme od začátku fungování naší organizace, tedy **od roku 2011 což je letos 15 let**. Jsme komunitní organizace, která na Praze 10 působí dlouhodobě, a proto pro nás bylo od začátku přirozené být součástí toho, jak se v místě našeho působení nastavuje podpora pro lidi.

Naší motivací bylo hlavně vědět, co se v sociální oblasti děje, a být u toho. SEPPIA vznikla z konkrétní potřeby lidí místní komunity – z konkrétních situací, které jsme kolem sebe viděli a které si říkaly o podporu. Lidé se znevýhodněním se často dostávají do různých životních situací, kdy na to nestačí sami.

Účast v KPSS nám pomohla **lépe se zorientovat ve fungování služeb na Praze 10 a kdo a jak se čemu věnuje**. Díky tomu dokážeme naše aktivity lépe navazovat na to, co už v území existuje. Velkým přínosem jsou pro nás i setkání s dalšími organizacemi a zástupci městské části. Díky tomu vznikla přirozená spolupráce a věci se dají řešit co nejjednodušeji. Zároveň nám KPSS pomáhá v tom, že si průběžně potvrzujeme, že to, co děláme – odpovídá tomu, co lidé skutečně potřebují.

Smysl KPSS vidíme v tom, že **propojuje lidi, kteří se věnují v praxi podpoře druhých, s těmi, kteří nastavují podmínky**. Díky tomu vzniká prostor pro sdílení zkušeností. Také pro hledání cest, jak věci dělat co nejlépe. Je pro nás důležité, že se myslí nejen na odborné služby, ale i na komunitní a preventivní aktivity, které mají velký význam pro každodenní život každého z nás.

Jsme vděční, že komunitní plánování soc. služeb na Praze 10 existuje. Vnímáme ho jako dlouhodobě smysluplný proces, který vytváří prostor pro spolupráci a sdílení zkušeností. Je skvělé, že se tam potkávají různí aktéři a také, že je dobré zjistit pohled z různých úhlů. Celkově vnímáme KPSS jako **důležitý nástroj, který pomáhá propojovat a zlepšovat směrování podpory**. Také posiluje spolupráci mezi organizacemi i veřejnou správou. Děkujeme.

**Simona Poláková, Progressive o.p.s., program Fixpoint**

Na Praze 10 působíme od roku 2017, kdy začala naše spolupráce s kurátory a protidrogovými koordinátory. V roce 2022 jsme se poprvé zúčastnili Veletrhu sociálních a návazných služeb.



Díky KPSS jsme se seznámili jednak se zástupci městské části, jednak s ostatními subjekty, které působí na Praze 10, tzn. máme přehled o službách a subjektech, které podobně jako my působí na území desáté městské části.

Umožnilo nám to prezentovat naši službu a vysvětlit, v čem je prospěšná, v čem vidíme smysl a zároveň ji posunout na úroveň, kdy nám bylo umožněno nainstalovat v rizikových lokalitách kontejnery FIXPOINT, což proběhlo na konci roku 2020 (do té doby jsme působili pouze v terénu).

**Setkávání v rámci KPSS nám dává smysl zejména po stránce vzájemného sdílení informací, předávání zkušeností a spolupráce** – každý subjekt na problematiku nahlíží z pohledu služby, kterou zastupuje, což je obohacující pro další subjekty, tzn. čím více rozličných subjektů na setkání, tím lépe.

# Závěrem: Na nic nemusíte být sami

# Závěrem: Na nic nemusíte být sami

Děkujeme, že jste dočetli až sem. Věříme, že nyní už na sociální práci i na nás, kteří ji vykonáváme, nahlížíte trochu jinak. Naším přáním je, aby tato profese získala zasloužený respekt a prestiž. Proto budeme v osvětě a sdílení skutečných příběhů z naší „Desítky" pokračovat i nadále.

**Na čem stavíme naši práci?**
Sociální práce na našem úřadě je vždy zaměřená na klienta a staví na partnerském přístupu. Nedisponujeme žádnými „donucovacími prostředky" – naše spolupráce s vámi je založena na **dobrovolnosti**. Což však neznamená, že naši pomoc nenabízíme opakovaně, pokud vyhodnotíme, že ji potřebujete.

Často narážíme na limity, jako jsou nedostatečné kapacity služeb nebo zákonem stanovená **mlčenlivost**. Ta nám sice neumožňuje sdělovat detaily o naší práci třetím stranám, ale pro vás je zárukou bezpečí a důvěry. Vždy děláme maximum v rámci svých kompetencí, abychom pro vás našli to nejlepší řešení.

**I my jsme jen lidé**
Sociální práce je nesmírně náročná a ne každý příběh má okamžitý šťastný konec. Abychom vám mohli efektivně pomáhat a „neodnášet" si těžké osudy domů, musíme dbát i na vlastní psychickou pohodu. Pomáhá nám v tom další vzdělávání, supervize, opora skvělého kolektivu, podpora vedení a v neposlední řadě humor – i ten černý, který nás občas drží nad vodou.

*Partnerský přístup. Dobrovolnost. Důvěra. Mlčenlivost. Tohle je pro nás základ.*



**Jsme tu pro vás**
Přejeme vám, abyste naši pomoc potřebovali co nejméně. Pokud se však ocitnete v tíživé situaci, neodkládejte řešení. Včasná pomoc může předejít mnoha dalším problémům. Na úřadech a v sociálních službách Prahy 10 na vás čekají kvalifikovaní odborníci připravení podat pomocnou ruku.

Pokud vás naše práce zaujala a chtěli byste se aktivně podílet na rozvoji služeb pro občany naší městské části, budeme rádi,

když se zapojíte do komunitního plánování. Vaše zkušenost může přímo ovlivnit život na Desítce.

Děkujeme za vaši podporu a důvěru. A hlavně, prosím, pamatujte – **na své problémy nemusíte být sami.**

S přáním všeho dobrého,

**— Váš Odbor sociální MČ Praha 10**



**Poznámky:**

**Poznámky:**

# ODBOR SOCIÁLNÍ OBČANŮM PRAHY 10

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

**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**
listopad 2026

**Copyright**
Odbor sociální Úřadu městské části Praha 10

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



PRAHA 10