

# psychē report

# no.29

editorial / hlasy z ředitelny / novinky ze středisek  
medailonky / příběh dobré praxe / na rozloučenou



# editorial

---

## Po stopách kmene PeDeZiutů

Už o tom víte? Byly nalezeny zprávy o kmeni PeDeZiutů, který pomáhá zlomeným duším. Jak rozeznáte člena kmene PeDeZiutů? Velmi těžko. Vypadají jako běžní lidé, ale při bližším zkoumání naleznete několik odlišností. Především jejich ruce jsou mírně zdeformované od věčného řízení povozů po krajích. Ale nikterak to nenarušuje jejich pevný stisk při dohodě se zlomenou duší. Ač se tomu brání, jejich pivozy jsou plné papírů s mírovými dohodami. Proč se tomu (neúspěšně) brání? Protože ctí posvátnost stromů, ze kterých se papír vyrábí. A stisk rukou je pro ně víc než papír. Výjimeční jsou pro svou otevřenou duši, oči, srdce a rozum. Ne proto, že pomáhají zlomeným duším. Ale proto, že hledají ty správné chvíle, kdy se zlomené duše mohou cítit dobře i mezi těmi kmeny, které vykopali válečnou sekeru.

Leona Hovorková  
šéfredaktorka

# hlasy z ředitelny

---

## Kreativitě dáváme zelenou

V editoriale jsem vzpomněla kmen PeDeZiutů. Jak se vám líbí ilustrační fotografie zlomkové části kmene? Určitě poznáváte šamana, který celý kmen vede, stejně jako náčelníka zodpovědného za všechny mírové dohody a náčelnici přes kouřové signály. Fotografii použijeme k náborovému inzerátu na zdravotní sestry a bratry, o jehož šíření budete za nedlouhou požádáni. Ale vrátím se k literární soutěži, kterou jsem vyhlásila. V zásadě jde o to, přilákat zdravotní sestry a bratry k nám a ukázat jim, že nejsme žádní suchaři. Pravidla: text o rozsahu nejvýše A4 (čím kratší, tím lepší, vítány jsou slogany a slovní hříčky, doprovodné foto). Vaši tvorbu zasílejte na můj email do konce června. Hodnotit budeme na UV, vítězné práce budou náležitě oceněny. A nyní přicházím s vyhlášením ceny, která čeká na každého, kdo se zapojí a jeho tvorba bude použita k propagačním účelům. Cenou je tramtaraáá... celodenní výlet se šamanem našeho kmene (v pracovní době) v jeho režii (vyzvedne vás, vezme vás na celodenní výlet s občerstvením – i tím duševním – a pak vás vrátí zpět). Tak tomu říkám výzva.

Dva dny na konci letošního března jsme věnovali strategickému plánování s Honzou Kostečkou

z TUDYTAM vzdělávání. Je třeba říci, že z nás Honza dostal maximum. Sáhli jsme si na dno svých fantazií a udělali jsme kus dobré práce, ze které vzešel plán na tři roky. Takový plán, který nás dovede do fáze Pipi Dlouhá Punčocha. Ano, čtete správně. Máme vizi, že v roce 2027 budeme Pipi Dlouhá Punčocha – budeme kreativní v pomoci svým kamarádům, poradíme si s jakoukoliv překážkou, neohroženě půjdeme za svým cílem a nezabrání nám v tom žádní piráti ani slečna Ambersonová. Budeme mrštní a silní. A přesto všechno nikdy nezahodíme příležitost si užívat, radovat a někdy si i zazlobit. Tak co? Jdete do toho s námi? Vaše příležitost bude při sestavování strategického plánu střediska. Tak nezapomeňte... Pipi Dlouhá Punčocha.



# novinky ze středisek

---

## pardubice

Na konec prázdnin připravujeme tradiční rekondiční pobyt. Tentokrát se s klienty chystáme navštívit Orlické hory. Na čtyři noci bychom měli mít k dispozici statek v Olešnici. Odtud se přes kopce a údolí vydáme na pěší pochody k pohraničnímu opevnění, zříceninám, případně navštívíme malebné Peklo či Nové Město nad Metují. Těšíme se na hojný zájem klientů a pohodově strávený společný čas v prostředí krásné české přírody.

O přípravách Centra duševního zdraví (CDZ) se v PDZ již nějakou dobu nejen mluví, ale i koná. V rámci příprav se podařilo zajistit dohodu o budoucí spolupráci CDZ s psychiatrickým oddělením pardubické nemocnice. Měli jsme možnost připomínkovat architektonickou studii přestavby prostor střediska. Během setkávání

s ředitelem vznikala další témata k řešení: např. fungování denního centra či budoucí vytvoření dvou týmů – tým CDZ a tým rehabilitace. S přípravami CDZ jde ruku v ruce vytvoření multidisciplinárního týmu. Již brzy rozšíří naše řady peer konzultant, který se vám představí v příštím čísle PR. Nadále probíhá nábor zdravotních sester. O vývoji vás budeme informovat v dalších číslech.

V sobotu 22. dubna se budeme účastnit akce Festival s duší před Robinson Café. Součástí festivalu bude řada aktivit, o kterých se píše v příspěvku střediska Výměník. Za náš pardubický tým chceme na této akci získat nové zkušenosti a inspiraci, abychom se v brzké době mohli puslit do plánování našich akcí v rámci TDZ. Těšíme se na Cirkus Paciento a na lidi z projektu Neviditelní lidé. Přijďte je s námi podpořit!

# výměník

## STD

Divadélko z košíku dokončuje novou pohádku a tak se můžeme těšit na její premiéru. Pracovní skupina z STD odevzdala zakázku pro sdružení Most Pro, které pomáhá cizincům v Pardubickém kraji. Klienti pro ně vyrobili hodiny a abecedu, díky kterým se děti mohou učit češtinu. Připravuje se velikonoční číslo časopisu Tady a teď. Proběhl workshop zaměřený na výrobu notýsků, který si pro klienty připravily pracovnice STD. Od nového roku opět funguje výtvarná skupina, kterou vede sociální pracovnice Lucie Antes. Zde mohou klienti relaxovat s barvami a jiným materiálem za doprovodu hudby.

## Chráněná kavárna Robinson Café

Výstavy jsou v plném proudu. Od konce března do poloviny dubna si u nás můžete prohlédnout výstavu obrázků Jana Novotného z Hradce Králové. Výzva, o možnosti vystavit tvorbu v naší kavárně, spustila opravdu velkou lavinu zájmu. V tuto chvíli máme všechny termíny pro rok 2017 obsazené! Těšit se můžete na spoustu fotografií, zajímavé obrazy i tvorbu studentů pardubické školy grafického designu. V kavárně se uskutečnil další workshop pro naše barmany. Opět ho lektoroval Petr Baklík z Bakla Café. Personál si oprášíl teoretické i praktické znalosti o správné přípravě kávy. Tentokrát jsme se zaměřili i na tzv. latté art.

Rádi bychom vás všechny pozvali na akci **Festival s duší**, která proběhne v sobotu 22. dubna od 14 hodin. Program bude pestrý: BLEŠÍ TRH / SBĚR OBLEČENÍ / HUDBA / CIRKUS PACIENTO / NEVIDITELNÍ LIDÉ / BESEDA S ODBORNÍKY /



WORKSHOPY PRO MALÉ I VELKÉ / TOM-BOLA O CENY / VERNISÁŽ VÝSTAV. Akce zaujala i sponzory: firmy ČSOB Pojišťovna, Nedcon a Pivovar Primátor. Více informací naleznete zde: <https://www.facebook.com/events/279835432458231/>

## Chráněná šicí dílna s obchodem U soba

Čekáme na zavedení EET. Práci v dílně nám zpřijemňuje naše nová avantgardní zakázka pro Divadlo 29 – šití 150 ks bublinkových obalů na Offcity mapy. Pokračujeme v navlékání spodního prádla pro firmu Hanes. Pro firmu Fine Gusto lepíme kódy na obaly.

## Technická dílna

Zpracováváme zakázku od firmy Linus a komplectace pro firmu Hanes.

Rozhodně stojí za zmínku, že se vedení Výměníku spolu s pracovnicemi ze sociálně terapeutické dílny přestěhovali na novou adresu do Lonkovy ulice č. p. 510, kde mají nové kanceláře.

## Pozor!

Pracovní příležitost v přidružené firmě ABC servis Pardubice s. r. o. – hledáme nové zaměstnance na pozici uklízeč / uklízečka.

## chrudim

Uplynulé období pro nás bylo ve znamení sdílení informací o fungování našeho střediska a předávání našich zkušeností ostatním organizacím, hlavně prostřednictvím stáží. Na stáži u nás byli pracovníci z Domova na hradě Rychmburk, zdravotní sestra z psychiatrického oddělení z nemocnice Pardubice a pečeři z Tábora a z Olomouce.

Vzděláváme se i ve vlastních řadách. Tentokrát v oblasti kultury. V lednu jsme s klubem vyrazili do Východočeského divadla v Pardubicích na představení Romeo a Julie. V únoru jsme zavítali na výstavu v pardubickém zámku, kde jsme shlédli výstavu Karel IV. K vidění byly i korunovační klenoty.



Pokračujeme s Recovery skupinou, na kterou dochází 6 klientů od října do června s frekvencí setkávání jednou za čtrnáct dnů. Skupinu vede Věrka s Michalem. Cílem je cesta za zotavením.

V květnu se chystáme na rekondiční pobyt do Liberce. Čeká nás ubytování v penzionu, mnoho výletů, např. do zoo, na Ještěd a zejména do botanické zahrady, kam se nám podařilo získat volné vstupenky.

Na závěr velké díky patří naší kolegyni Květě Novotné, které se podařilo získat sponzorský dar od firmy K2Invest, konkrétně od pana Kušty, a to ve výši 5 000,- Kč. Částku použijeme pro klienty.



## hradec králové

Romana s Terkou uspořádaly pro klienty výlet do hradecké hvězdárny. Byl to pro všechny velký zážitek. Vizuálně nádherně zachycený vesmír byl promítán ve 3D. Vesmír byl pro všechny téměř na

dosah ruky. Všem doporučujeme, na hvězdárně mají zpracované programy pro všechny věkové kategorie a za tmy je možné oblohu pozorovat také dalekohledem.

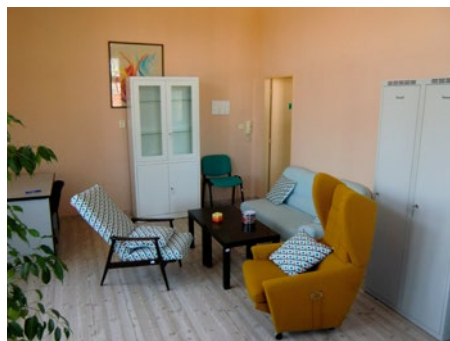


Další povedenou akcí byl bazárek oblečení. Moc nás potěšil zájem lidí o různé druhy oblečení, bižuterie, módních a bytových doplňků. Děkujeme všem, kteří do bazárku něco přinesli. Pro velký úspěch doporučujeme i pro další střediska.

Naši milí a krásní osmáci se s námi a s PDZ loučí. Půjdu do dobrého prostředí. Ujme se jich jedna hodná paní se svým synem, kteří se o ně s láskou postarají.

Další novinkou je to, že náš tým rozšířil kolega Petr jako peer konzultant. V dalším čísle se můžete těšit na jeho medailonek.

Jednu místnost ve středisku jsme uzpůsobili pro příchod psychiatrických sester. Na začátku jsme měli obavy, aby místnost nepůsobila nemocničně a neútně, nicméně se nám ji podařilo docela zútnit. Co myslíte?



## náchod

Od února jsme ve spolupráci s psychologem Mgr. Viktorem Polákem. Otevřeli jsme terapeutickou skupinu zaměřenou na metakognitivní trénink. Cílem skupiny je za pomoci ověřeného programu změnit chybné vzorce myšlení a vnímání. Zájem klientů o zařazení do skupiny byl velký. Po čtyřech setkáních žasneme nad tím, jak jsou aktivní, otevření a vzájemně se podporují.

Iniciativa klientů se rozvíjí i při setkáních v rámci klubu. V únoru jsme oslavili první rok bez hospitalizace klienta, který statečně

zvládl i nesnadné období Vánoc. V březnu nás potěšila prezentace o krokodýlech od klienta, který skvěle překonal svoji plachost a málomluvnost. Zanedlouho nás čeká oslava kulatých narozenin jedné klientky.

V lednu jsme přijali „Pozvánku ke kulatému stolu“ na Městský úřad v Broumově, kde jsme se společně zamýšleli nad možnostmi komplexní péče o klienty se zdravotním postižením. Zástupci jednotlivých služeb se zde vzájemně představili a domluvili se na možnostech výpomoci při práci s klienty Broumovska.



Začátkem března se Lucie účastnila besedy „Jarní veselice“, kterou pořádalo Sdružení zdravotně postižených Náchod. Nálada byla dobrá,

lidé kladli dotazy a tak se Lucie mohla podělit o příběhy vztahující se k jednotlivým duševním onemocněním.

## jičín

Vesele pokračujeme v preventivním programu „Duševní nemoc, no neblázní?“. V lednu jsme s ním slavili úspěch na učilišti v Lázních Bělohrad. Nyní se na program těší studenti průmyslové školy. Obnovili jsme spolupráci s bývalou kolegyní, Martou Singh, která bude poskytovat individuální psychoterapii několika našim klientům. Vrátila se nám na jeden den v týdnu další posila. Jedná se o kolegyni Markétu, která je aktuálně na rodičovské dovolené. Rozjeli jsme Podpůrnou skupinu a kurz anglického jazyka. Máme novou konzultovnu. „Pravidelně si sjíždíme recovery kolečka, aneb co se našemu týmu povedlo minulý měsíc, a máme se fajn.“ sděluje spokojená pracovnice Mgr. Veronika Stříbrná.



## rychnov nad kněžnou

Rampušák v Orlických horách už schoval sněžné sáně a pomalu se zelenají louky Kačenčiny pohádkové říše. No a s jarem se pouštíme s elánem a novými nápady do práce.

Poslední březnový den ukončili Dušan s Johannou předáním certifikátů o úspěšném absolvování Programu pro dobré zdraví. Šest účastníků se pravidelně každý druhý pátek po dobu 6 měsíců scházelo a společně se učili pečovat

o své zdraví. Společné skupiny se natolik osvědčily, že od září vznikne socioterapeutická skupina pod vedením Dušana, kde budou moci účastníci sdílet své strasti a radosti a společně si tak pomáhat na cestě k zotavení.

S dobrým zdravím souvisí i plánovaný rekondiční pobyt v Deštném v Orlických horách, který se kvapem blíží. Uskuteční se od 16. do 19. května na chatě U Supa. Akce je unikátní tým,



že se jí účastní klienti ze tří středisek, konkrétně z Náchoda, Rychnova a Ústí.

Od 1. května posílí naše řady Katka Hronovská, která se díky projektu CRPDZ stane naší „kolegyní se zkušeností“, tedy peer konzultantkou. Už se moc těšíme na spolupráci, nové pohledy na naší práci. Díky tomu nás čeká vstupní metodické školení pro vstup peer konzultanta do týmu s MUDr. Janem Stuchlíkem.

Byli jsme osloveni pečovatelskou službou z Kostelce nad Orlicí s přáním, zda bychom se s nimi nepodělili formou workshopu o naše zkušenosti s prací a komunikací s lidmi s duševním

onemocněním. V rámci dobré spolupráce v síti služeb vyrazí v průběhu května do Kostelce něco ze svých zkušeností předat Pavel, Dušan a Pavla.

Poslední a neméně důležitou novinkou je změna v poskytování klubových aktivit v Albertinu Žamberk. Oficiálně byl otevřen nový pavilon psychiatrického oddělení, kde budeme od začátku dubna pořádat klubová setkání. Opustíme po létech CEMU Žamberk, které tímto děkujeme. Jejich klub byl milým a vstřícným prostředím a doufáme, že nová etapa v Albertinu Žamberk přinese nové možnosti, jak efektivně pomáhat lidem s duševním onemocněním.

## ústí nad orlicí

Náš dámský tým zpestří muž na pracovní pozici peer konzultant. Prozatím u nás působí jako dobrovolník. V dalším čísle se vám představí svým medailonkem.

Připravujeme se na nový program tréninkové bydlení. Začneme ho nabízet díky bytu, který nám poskytne město Ústí nad Orlicí. Nyní oslovujeme vhodné kandidáty, kteří se budou na bydlení připravovat. Pro cennou inspiraci si pojedeme za kolegy do Chrudimi.

Žamberecký klub se od dubna stěhuje do nových prostor v Albertinu, kde se budeme zabydlovat v nedávno zrekonstruované budově.

Prostory střediska jsme zútlunily novou sedačkou, na kterou jsme získaly prostředky z Burzy filantropie. Využíváme ji při klubových setkání, během socioterapeutických skupin či přivítání milých návštěv.



# noví zaměstnanci

Vítáme mezi nás nové kolegy  
a přinášíme jejich krátké medailonky

## Roman Šukal (středisko Chrudim)

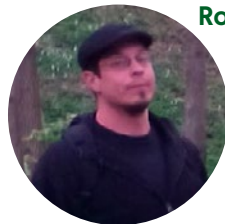
Ahoj, jmenuji se Roman, je mi 38 let a bydlím ve Slatiňanech. Jsem ženat a mám syna. Práce pracovníka v sociálních službách v PDZ je pro mne zajímavou příležitostí nejen zkoušet dělat smysluplnou práci, ale i způsob jak si doplnit informace o soc. systému a přivydělat si. Nějaké zkušenosti z oblasti sociální práce jsem pochytil za dva roky na Městském úřadě Chrudim jako Romský poradce. Po té skoro tři roky v Šanci pro Tebe jako terénní a kontaktní pracovník v nízkoprahovém zařízení v Prachovicích. Od té doby jsem se věnoval práci s kovem a dřevem a rodinné výrobě mýdel, v čemž bych rád alespoň částečně pokračoval.

## Markéta Mládková (středisko Pardubice)

Ahoj, jmenuji se Markéta a od února 2017 pracuji v pardubickém PDZ. Před tím jsem 16 let pracovala na Magistrátu města Pardubic, Oddělení sociálně právní ochrany dětí. Při práci jsem vystudovala bakalářský obor na Hradecké univerzitě Sociální prevence a patologie, a v Brně bakalářský obor Teorie a praxe přípravného řízení trestního. Snad všechny své dosavadní zkušenosti budu moct uplatnit i v této organizaci, o jejíž činnosti vím již dlouhé roky. Bydlím na vesnici, mám ráda zvířata. A ráda sportuji.

## Iva Sýkorová (středisko Pardubice)

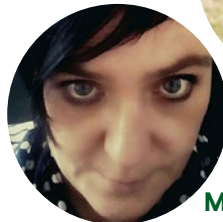
Ahoj! Jmenuji se Iva Sýkorová a od začátku roku 2017 jsem členem pardubického týmu. Do Péče o duševní zdraví mě přivála především touha po pracovní změně. Více jak dva roky jsem pracovala s dětmi a mládeží ohroženými sociálně patologickými jevy v nízkoprahovém klubu v Chrudimi. Vystudovala jsem sociální pedagogiku na Univerzitě v Hradci Králové. Miluju hudbu, filmy, výlety, zvířata a vaření. Jsem poctěna být součástí organizace, jejíž činnost sleduji již řadu let.



Roman



Iva



Markéta

# příběh dobré praxe

---

**Dnešní příběh dobré praxe je o klientce, říkáme jí Marika, která kontaktovala službu v době svého rozvodu. Životní situace, která je nelehká i pro zdravého člověka, byla pro Mariku náročná, protože se jednalo o její děti.**

S paní Marikou spolupracujeme přes 2 roky. Obrátila se na nás v době, kdy podala návrh na rozvod. Kontakt dostala od kamarádky. Cítila, že bude potřebovat podporu a pomoc s úředními záležitostmi. Žije na okraji menšího města a přes 20 let trpí vážným psychotickým duševním onemocněním. Má dvě děti (syna 12 let, dceru 14 let). Její rodiče už nežijí.

Na první schůzce jsme společně sepsali návrh na ustanovení bezplatného právního poradce pro soudní jednání ohledně svěření dětí do péče a pro rozvod. Po nějaké době byly děti svěřeny do její péče. Zároveň byl soudem ustanoven dohled nad výchovou dětí kvůli tomu, že Marika trpí duševním onemocněním. Rozvod trval přes rok, během kterého s manželem a dětmi obývali společně byt 1+1. Pro rodinu to bylo náročné období. Docházelo k občasným hádkám a z manže-

lovy strany k nátlaku, aby se nerozváděli. Během tohoto období Marika změnila ambulantního psychiatra.

Po rozvodu následovalo další zátěžové období. Bývalý manžel neplatil výživné, ani nesplácel Marice půjčku, kterou mu poskytla na kauci, aby se mohl odstěhovat. U syna eskalovaly problémy s učením a objevily se výchovné problémy. Důvodů mohlo být více - puberta, lehké mentální postižení, rozvod rodičů. Maričin psychický stav se zhoršil, neuzívala léky, protože měla špatnou zkušenost z minulosti. Ze strany OSPOD byl podán návrh na přezkum rodičovské zodpovědnosti. Hrozilo odebrání dětí z její péče.

Marice jsme nabídli větší podporu, scházeli jsme se častěji a občas jsme se prošli i po lese. Také jsme společně navštívili speciální školu vhodnou

pro syna. Pomohli jsme jí zvýšit příjem pomocí dávek, na které měla nárok. Následovala metodická porada a intervize, ze které vzešlo svolání případové konference s cílem více podpořit matku v péči o děti v náročné životní situaci.

Případová konference proběhla a poté ještě jedno případové setkání. Marika se rozhodla obou setkání neúčastnit. Zvážila, že by to bylo pro ni příliš velké psychické vypětí a požádala nás, abychom ji zastoupili. Na konferenci se nám podařilo vyjednat s pomocí rodiny (sestřenice, tety, bývalého manžela) a ambulantní psychiatricky podmínky, za kterých děti mohly nadále zůstat v její péči.

V současné době má Marika děti ve své péči. Návrh na přezkum rodičovské zodpovědnosti byl ze strany OSPOD stažen. Ve spolupráci s OSPOD se podařilo vyjednat větší finanční podporu rodině (navýšení výživného + splacení dluhu bývalým manželem). Motivovat otce k větší péči o děti se zatím podařilo zčásti, od rozvodu proběhlo cca 5 návštěv.

S ambulantní psychiatrickou Marika postupně navazuje vztah důvěry. Dále je v pravidelném kontaktu s širší rodinou. Se sestřenicí pořádají výlety, chystají se na společnou dovolenou, v případě potřeby sestřenice nabídla finanční podporu. Střídavě s PDZ ji jednou měsíčně pomáhá s větším nákupem. Do rodiny dochází pracovnice ze Salingeru, která pomáhá paní Marice s výchovnými problémy u syna.

S časovým odstupem považujeme za zlomové dva okamžiky: jednak velkou podporu psychiatricky i rodiny a pak to, že se nám podařilo přesvědčit ostatní, v jak těžké životní situaci se Marika ocitla. Mnoho zdravých lidí by možná ne-

obstálo v podobné situaci lépe. Poukázali jsme na fakt, že se Marika v tak psychicky vypjatém období dokázala postarat o své děti a to i bez finanční podpory bývalého manžela.

Jsme rádi, že jsme měli čas navázat vztah s Marikou a získat její důvěru a také, že jsme do toho dokázali jít naplno a využili zkušenosti a nápady celého týmu, intervizi, supervizi, konzultaci s právníkem, rodinou, psychiatrickou i OSPODem.



**Co říct na závěr?**

**Z celého srdce přejeme Marice  
příjemnou dovolenou, zdraví celé  
rodině a hodného muže.**

# na rozloučenou

---

Redakční text

Stalo se toho u nás hodně a plánů je taky dost. Když se podívám na příběh dobré praxe, který končí přáním klientce Marice, myslím, že stejné přání bychom měli mít i pro sebe. Zažít příjemnou dovolenou a od všeho si odpočnout. Být zdraví a celá naše rodina a mít vedle sebe partnera, o kterého se můžeme opřít. Protože jedině tak zvládneme všechnu tu náročnou práci.

V příštím čísle Psyché reportu č. 30  
se těší na dočtenou Leona Hovorková

