

OBČAS- NÍK

05 / 2024

ČLOVĚK V TÍSNI
PLZEŇSKÝ KRAJ

- dluhové poradenství • podpora mladistvých • vzdělávání
- individuální poradenství • pomoc obětem trestných činů
- rodinné poradenství • pomoc válečným uprchlícím



SLOVO ÚVODEM

Vážené čtenářstvo,

přinášíme vám další číslo občas pravidelného plátku z dílny Člověka v tísni v Plzeňském kraji. Chceme se s vámi podělit o řadu novinek z naší práce a prozradíme pár chystaných projektů a akcí. V posledních letech si zažíváme sérii krizí. Každá nás staví před nové výzvy a nutí nás originálním způsobem reagovat. Zdá se ale, že jako občanská společnost jednu za druhou zvládáme. Dokázali jsme překonat covid a nesmírně vysokou inflaci a raketový růst cen energií. Zvládáme i nejvážnější krizi současnosti, Putinovu válku proti svobodnému světu. Na druhou stranu, už méně dobře zvládáme problémy dlouhodobé a latentní, zejména narovnávání práv žen. Jak k tomu přispívá Člověk v tísni?

Snažíme se nebýt jako slepci z oné slavné indické paraboly – jeden se dotkl slona na

chobotu a považoval jej za hada, druhý za nohu a považoval jej za strom atd. – a vidět svět komplexně. Protože všechno se vším souvisí, myslíme na to i při naší práci. S lidmi, které trápí předlužení, řešíme i příčiny tohoto stavu. V rodinách, kde doučujeme děti, se nezaměřujeme pouze na zlepšení známek – naopak, klíčem k úspěchu je celkové zdraví rodinného prostředí. Při pomoci lidem bez domova, lidem zasaženým válkou, obětem trestného činu, hledajícím se mladým... při všech příležitostech se snažíme o komplexní pomoc, která vede také k pozitivním dopadům do celé společnosti.

V několika textech tohoto občasníku nahlédneme do témat, kterým se věnujeme. Důležité stati se týkají podpory práv žen: představíme projekt na podporu reprodukčního zdraví z dílny kolegyně ze středočeské pobočky, naše aktivity na poli pomoci obětem nezákonné sterilizace a pro vhled do širšího kontextu doporučuji rubriku Pohledem odbornice. Je toho ale mnohem více, například se ponoříme se do tématu šikany v dětských kolektivech, podíváme se na konkrétní příklady pomoci zadluženým lidem, představíme projekt virtuální podpory pro doučování dětí, pod drobnohled se dostane naše pomoc válečným uprchlícím v Klatovech a také se poohlédneme za úspěšným ročníkem festivalu Jeden svět v Plzni. Zdaleka tím ale nevyčerpáme vše, co děláme napříč celým Plzeňským krajem v rámci devíti služeb, osmi spádových měst a dvanácti kanceláří.

Děkuji za podporu a užijte si Občasník!

Jakub Paleček, ředitel pobočky



#Palce

PALEC DOLŮ



Plíseň v Inzule

Sociální byty v Rokycanech jsou plné plísní. Správcovská firma Inzula má dostatek podnětů a důkazů od nájemníků, ale financování oprav přenáší právě na ně. V několika případech byli navíc obviněni za způsobení škod na bytu. Takový přístup ohrožuje smysl sociálního bydlení, protože přenáší břemeno na ty nejvíce zranitelné.

Skládáme se na Jíchu

Exekutor Jícha nabízí vrácení přeplatku z exekuce buď na účet (bezplatně) nebo na složenku, za kterou si účtuje poplatek 200 Kč. Poplatek má být stržený z přeplatku, ale exekutor neuvádí, jak je přeplatek vysoký a zda z něj 200 Kč lze vůbec strhnout. Korištnická praxe některých exekutorů přenáší náklady na dlužníky a potažmo na celou společnost.

#DluhovéPoradenství

CO DĚLÁME V „DLUHOVKU“?

UKRADENÁ IDENTITA

Klient Cyril, se ocitl v léčení psychiatrické nemocnice v Dobřanech. Jelikož si byl vědom některých svých závazků, kontaktoval naši organizaci přes sociální pracovníci nemocnice. Společně s kolegou Karlem Psohlavcem závazky zmapovali a zjistili, že dluhy a exekuce byly v řádech tisíců, ovšem Cyril pobíral jen výplatu invalidního důchodu v přibližné výši 6 000 Kč měsíčně. Karel pomohl Cyrilovi s kontaktováním jeho věřitelů a exekutorů, s nimiž se povedlo dohodnout přívětivé splátkové kalendáře a díky rychlým krokům tak zamezit několika exekucím, k nimž postupně klientova situace vedla.

Cyril však ve spolupráci s Karlem popíral dluh u společnosti Home Credit a.s. (jistina 15 000 Kč), který byl již potvrzen soudním rozhodnutím, kdy došlo i k nabytí v právní moci. Cyril měl hradit jistinu a náklady soudního řízení. Ze získaných informací náš kolega vyčetl, že úvěr klient patrně fakticky nesjednal. Při konzultacích s klientem přišli na to, že když ztratil občanský průkaz, byla mu ukradena identita a někdo sjednal úvěr na Cyrilovy náklady.

Karel s Cyrelem tedy od soudu vyžádali zaslání rozsudku do dobřanské nemocnice a na okamžik doručení navázali lhůtu pro velice podrobně sepsané odvolání, které společně s vymezením důkazů ukradené identity podali. Soud následně přijal odvolání jako včasné, ustanovil klientovi opatrovníka a vyzval žalující stranu k vyjádření. Home Credit a.s. pak na základě předložených informací svou žalobu stáhl, a to včetně nákladů soudního řízení. Díky práci kolegů naší organizace tak klient došel finanční úlevě v rozsahu jeho tří měsíčních příjmů.

Karel Psohlavec, dluhový poradce

PALEC NAHORU



Aktivní Tachov

Po letech stagnace sociální politiky se podařilo nastartovat nový směr městu Tachovu. Rada města se aktivně věnuje nejzranitelnějším občanům, implementuje nové projekty, vytváří strategie proti sociálnímu vyloučení a pro integraci minorit. Držíme palce, ať nový přístup vydrží!

Plzeňská městská policie opravdu chrání

Městská policie bývá represivní bezpečnostní složkou. Efektivně však funguje teprve tehdy, když jedná preventivně, a kromě nutného použití síly také pomáhá, podporuje, vysvětluje a komunikuje s pomáhajícími profesemi. Takovou městskou policii máme nyní v Plzni a spolupráce s ní si velmi ceníme.

NEMRAVNÝCH 1543,5 % RPSN

Paní Amélie si vzala půjčku u společnosti Zaplo Finance s.r.o. a nezvládla ji splácet. Pobírala výplatu invalidního důchodu prvního stupně ve výši přibližně 8 000 Kč a ocitla se na hranici dluhové pasti. Půjčku ve výši 20 000 Kč si vzala, aby měla na úhradu nájemného a služeb spojených s bydlením. Oněch 20 000 Kč měla splatit jednorázově, její plán však nevyšel a téměř se dostala do prodlení. Společnost jí nabídla odložené splátky, a to za poplatek, který se zdál být nízkým. Amélie s nabídkou odložením splátek tedy souhlasila

Toto odložení však proběhlo ještě několikrát, klientka se snažila splácet ze všech sil včasné a pravidelně. Ve chvíli, kdy za námi se spolupracující organizací přišla, v rámci splátek i plateb za odložení splatnosti již uhradila částku 30 440 Kč. Přesto po ní společnost, dle poslední upomínky, vyžadovala dalších 26 061 Kč. S klientkou jsme z její klientské zóny spolu s naší pracovníci, Alexandrou Soňou Belšánovou, získaly příslušnou úvěrovou smlouvu, kdy po jejím prostudování byla jasná nemravnost tohoto úvěru, a to především z důvodu výše RPSN 1 543,5 %. Alexandra s Amélií sepsaly návrh smírného řešení, kde poukázaly na neplatnost smlouvy a dožadovaly se pouze povinnosti klientky spočívající v úhradě pouze půjčené jistiny ve výši 20 000 Kč. O měsíc později klientce přišla odpověď od věřitele, kdy jí bylo navrženo navrácení peněz, které uhradila nad jistinu, ponížené pouze o zákonný úrok, a dále ukončení smluvního vztahu, s čímž klientka jednoznačně souhlasila. Díky aktivní spolupráci Amélie a nasazení naší kolegyně Alexandry je klientka aktuálně bez dluhů.

Alexandra Soňa Belšánová, dluhová poradkyně

FESTIVAL JEDEN SVĚT V PLZNI

Mezinárodní filmový festival o lidských právech Jeden svět se letos uskutečnil v Praze a dalších 47 městech po celé České republice. Festival už od roku 1999 přináší domácímu publiku dokumentární snímky o lidských právech z celého světa. Festival doprovází nejen zajímavé debaty o různých tématech, ale i bohatý doprovodný program, jako jsou výstavy, koncerty či projekce ve virtuální realitě.

V Plzni je dokonce pořádán jeden z největších festivalů u nás. Letos se uskutečnil od 22. 3. do 28. 3. 2024. Součástí festivalu jsou i projekce pro studenty a studentky ZŠ a SŠ, které probíhaly už od 18. 3. do 3. 4. 2024.

Filmový festival prošel v letošním roce nejednou změnou. První velkou změnou je nové nadčasové logo. Další velkou novinkou je zařazení hraných filmů do programu festivalu. Díky tomu jsme mohli shlédnout například snímek **Hranice** od Agnieszky Holland i snímek nominovaný na Oscara **Já Kapitán**.

V Plzni proběhlo v rámci festivalu celkem 35 veřejných projekcí a také 46 projekcí pro školy, které celkově shlédlo více než 2 500 diváků/divaček. Nejnavštěvovanějšími projekcemi v Plzni byly např. dokumenty **Tady Havel, slyšíte mě?**, **Útěk z utopie** či snímek Apoleny Rychlíkové **Hranice Evropy**.

Festival doprovázel i bohatý doprovodný program. Na většinu snímků navazovala debata s hostem/hostkou. Do Plzně zavítal novinář Jakub Szántó, s diváky debatoval děkan Filozofické fakulty Západočeské univerzity PhDr. David Šanc, Ph.D., dále novinářka Saša Uhlová. Přijeli také zahraniční hosté – režisér a producent snímku **Psi jsou taky lidi** Hendrik Faller a Tom Miller.



Po celou dobu festivalu probíhala v budově Moving Station výstava **Horizonty**, která nabízela pohled na základní společenské otázky, na které neustále hledáme a redefinujeme odpovědi perspektivou nastupujících mladých autorů a autorek. Návštěvníci také mohli shlédnout snímky ve virtuální realitě, přijít na panelovou debatu na téma **Kryptoměny** nebo se zúčastnit prohlídky budovy Moving Stationu vedené Romanem Černíkem.

24. ročník filmového festivalu Jeden svět v Plzni byl velice úspěšný a celý organizační tým se již těší na podzimní projekce a na následující ročníky. Cítíme, že v současné nestabilní době je stále zásadnější upozorňovat na důležitá témata, které festival přináší, debatovat nad nimi a hledat společné řešení.

Anna Koňářík Bimová, hlavní koordinátorka festivalu

TICHÉ BOJE: JAK ZKRESLENÍ DAT VE SVĚTĚ NAVRŽENÉM PRO MUŽE SELHÁVÁ U (ZEJMÉNA MARGINALIZOVANÝCH) ŽEN

„Odnepaměti se obecně přijímá, že životy mužů vypovídají o životě všech lidí. Pokud však jde o životy druhé poloviny lidstva, často neslyšíme nic než ticho.... jde však spíše o ne-uvažování. A to navíc dvojí: o mužích uvažujeme se samozřejmostí, zatímco ženy vůbec nebereme v úvahu.“ (Caroline Criado Perez)

V letošním roce byl konečně vydán český překlad vlivné knihy **Invisible Women** od Caroline Criado Perez (Neviditelné ženy, 2024, nakladatelství Host), která upozorňuje na nedostatečné zohledňování dat o ženách ve společenských, ekonomických a vědeckých strukturách. Tyto nedostatky vedou k horšímu přístupu a kvalitě služeb ve zdravotní péči, bezpečnostních opatřeních, pracovním prostředí a veřejné infrastruktuře. Minimalizace disku-

ze o zkušenostech a potřebách žen, obzvláště těch s dalšími marginalizačními faktory jako je rodičovství, chudoba nebo etnicita, vede k tomu, že jejich hlas je přehlížen nebo zprostředkován muži.

ZDRAVOTNÍ PÉČE A YENTL SYNDROM

Výzkum kardiovaskulárních onemocnění je dlouhodobě prováděn převážně na mužích, přičemž např. mezi lety 1987 a 2012 tvořily ženy jen 25 % výzkumných vzorků. Tato disproporce se vztahuje i na výzkum nemocí, které častěji postihují ženy, jako je deprese. Spojením „Yentl syndrom“ označujeme fenomén, kdy ženy dostávají nesprávnou diagnózu, protože nevykazují „typicky mužské“ symptomy. Tato situace ilustruje nebezpečí této datové mezery. Nejenže to ohrožuje zdraví žen, ale prohlubuje i socio-

ekonomické rozdíly ve zdravotní péči (ženy ze sociálně a ekonomicky znevýhodněného prostředí zde mají o 25 % vyšší riziko infarktu než jejich mužští kolegové), což je obzvláště znepokojivé v USA. Ženy v USA užívají během života více léků, ale kvůli nedostatečnému výzkumu trpí vyšší mírou jejich nežádoucích účinků.

Jako příklad si vezměme u nás nepoužívanější látku na snižování teploty a bolesti – paracetamol. Ženská těla potřebují k jeho vyloučení o 40 % více času než mužská, což má výrazný vliv na ideální rozestup jednotlivých dávek mezi sebou. Nebo Aspirin, který u mužů působí jako prevence před infarktem, u žen nikoliv. V pravidelných malých dávkách u nich nejen že nepůsobí preventivně, ale může jim i uškodit. Kvůli nedostatku dat členěných podle pohlaví tak zdravotní problémy žen hůře diagnostikujeme, hůře léčíme a v důsledku tak na léčbu pacientky i déle čekají, a to i v západních zemích, o jejichž zdravotnických systémech máme to nejlepší mínění. „Ve Švédsku si žena s probíhajícím infarktem počká o hodinu déle od počátku bolesti po přijetí do nemocnice, pro příjezd záchranky bude mít nižší prioritu a na vyšetření v nemocnici bude čekat o dvacet minut déle.“ (Caroline Criado Perez)

Také jejich bolesti přikládáme menší význam a méně jim v komunikaci se zdravotnickým personálem věříme (což v ČR potvrdí každá druhá pacientka trpící endometriózou). Zlehčování ženských projevů bolesti je velmi hluboko zakořeněné. Ačkoliv ženy častěji než muži trpí onemocněními doprovázenými chronickou bolestí, studie z osmdesátých a devadesátých let ukazují, že zatímco muži stěžující si na bolest dostávají léky na bolest, ženám ve stejné situaci byla předepisována spíše sedativa a antidepresiva.

MLČENÍ VE VEŘEJNÉM PROSTORU

Ani městské plánování a např. veřejná doprava nejsou obvykle navrženy tak, aby vycházely vstříc potřebám poloviny populace. Jsou navrhovány především s ohledem na muže, kteří dojíždějí za prací. Tento design přehlíží složité cestovní vzorce žen, zejména těch, které se věnují péči, což vede k tomu, že se více nachodí (nacestují) a jsou nuceny podstupovat větší nebezpečí. Opět se můžeme podívat do Švédska, kde plán odklizení sněhu dříve upřednostňoval hlavní silnice používané převážně řidiči-muži, zatímco chodníky a stezky – častěji využívané ženami, byly odklizeny jako poslední. Ženy se tak častěji zranily na cestách městem.

Marginalizované ženy často vykonávají neúměrné množství neplacené práce, jako je péče o děti, seniory nebo nemocné členy rodiny. Tento kritický přínos pro společnost je zpravidla „odměněn“ větším rizikem chudoby, násilí, horší dostupností služeb a obtížným pohybem ve veřejném prostoru a umlčením, pokud se rozhodnou promluvit. Neviditelnost neplacené práce v důsledku omezuje příležitosti žen k placenému zaměstnání, čímž jen zachovává cykly chudoby a nerovnosti.

Subtilní podoby zneviditelnování či umlčování jsou součástí komunikačních stylů, do nichž jsme socializováni. Netýkají se jen zdravotnictví či městského plánování. Nejsou ani produktem zlé, cílené snahy ženy poškodit, spíše jsou praktikovány podprahově a neuvědomovaně. Mohou mít podobu nevinného „přehlédnutí“ (opomenutí při představování, představení jen křestním jménem či zdobnělou, pozvání jen mužů k řešení obecného tématu týkajícího se i žen), ale i přivlastnění nápadu či veškerého kreditu za společnou práci nebo systematické ignorace.

V minulém roce Fórum 50 % spustilo mezi ženami angažovanými ve veřejném prostoru kampaň, v níž měly navzájem sdílet podobné zkušenosti. Ačkoliv se může zdát, že zneviditelnování čelí jen veřejně činné ženy, většina popsaných situací je i mě důvěrně známá. *Been there, done that.*

Za všechny bych zdůraznila situace, kdy řešíte pracovní, občanskou či jinak seriózní záležitost, která nesouvisí s vaším tělem, partnerskou či reprodukční situací, věkem apod. a druhá strana rétoricky odmítne danou věc diskutovat na stejné úrovni a diskuzi degraduje komentáři na vzhled, vaše mládí, oslovení „stále ještě slečna?“, či explicitní hodnocení vašich sexuálních kapacit.

„Měla jsem jednání na kraji. Bývalý hejtman měl na diskutovaný problém jiný názor, ale neměl argumenty. Když už nevěděl z které do které, prohlásil před ostatními: ‚Vy jste tak krásná ženská. Opravdu, hezky se na vás dívá a člověk by si dal říct. Ale nesmíte otevřít pusy.‘“ (Fórum 50 %, Kampaň Nejsi v tom sama)

Tím je řečnice připravena o možnost vést konverzaci. Druhá strana ji slyší, ale ohluchne směrem k jejímu řečnickému rejstříku a vnucuje ten svůj. Mluvený projev může být protistranou neúměrně přerušován, opravován či ignorován (např. prostřednictvím listování v papírech, psaní textových zpráv, povídání si s ostatními). Pokud odvedete nějakou práci, ale s veškerými dotazy se spolumluvíci obrací na vaše mužské kolegy, nebo se na vás obrazení jako na servisní pracovníci, ačkoliv jí nejste, či vám muž neznalý daného problému poučuje, přestože dané věci více rozumíte a máte v oblasti více zkušeností, stáváte se předmětem tlaků, které mají za cíl, aby ženy nemluvily, nebyly vidět a vystupovaly jen jako objekty mužských potřeb (ať už se od vás očekává, že budete nějaké prostředí zdobit, vařit kávu, nebo se upravovat dle vnějších požadavků).

Absence balancovaného výzkumu a datových základů vytváří situace, kdy musíme na základě málo znalostí rozhodovat a čelit četným nepřesnostem. Nové způsoby práce s daty mohou změnit i utváření politik a postupů. Řešení těchto problémů není jen o zlepšení přesnosti dat; jde o zajištění spravedlnosti a důstojnosti pro všechny ženy, zejména pro ty, které byly systematicky umlčovány a odsouvány na vedlejší kolej. Danému informačnímu vakuu ve vztahu k ženám ovšem vůbec neprospívá, když příliš přivykneme na to, že ženy nejsou vidět, nemluví, pokud mluví, tak nejsou poslouchány a jejich potřeby jsou automaticky chápány jako odchylka od mužské normy, smyšlené či neodůvodněné. Podobná hluchota vám může znepříjemnit cestu městem, ale stejně tak může i stát životy.

Poskytování kvalitních sociálních služeb, které berou v úvahu genderová specifika, může pomoci zmírnit dopady těchto nerovností. Služby zaměřené na obecnou osvětu či advokacii, souběžně s terénními službami či podpůrnými a aktivizačními programy, mohou reagovat na potřeby těch částí společnosti, jež se pro dlouhodobé přehlížení či nevyslyšení již projevují spíše rezignovaným tichem.

Mgr. Gabriela Fatková, Ph.D.
Autorka je antropoložka, výzkumy prováděla v sociálně vyloučených lokalitách, česko-bavorském pohraničí i bulharských horách.

ODŠKODNĚNÍ ZA NEZÁKONNOU STERILIZACI

„Klientky dostaly k podpisu papíry přímo při porodu, aniž by jim k tomu kdokoli cokoli řekl. Druhý den po porodu byly odvezeny na „drobný zákrok“. Některým z nich jejich ošetřující gynekolog tvrdil, že je to spolehlivý druh antikoncepce, který se ale dá po dvou až třech letech odstranit a dotyčná bude moci mít další dítě.“

V roce 2021 byl přijat zákon č. 297/2021 Sb. o poskytnutí jednorázové peněžní částky osobám sterilizovaným v rozporu s právem. Tento zákon je účinný od 1. 1. 2022 do 1. 1. 2025. Díky tomuto zákonu mohou ženy sterilizované v rozporu s právem v letech 1966–2012 žádat jednorázové odškodnění ve výši 300 000 Kč. Podle posledních informací zveřejněných v tisku bylo k únoru 2024 podáno 1673 žádostí.

Na naši organizaci v rámci Plzeňského kraje se obrátilo zatím 35 žen, které měly zájem žádost podat. Zásadní problém, na který žadatelky naráží je neexistující zdravotnická dokumentace, ať již ztracená nebo skartovaná. Bez zdravotnické dokumentace je podle našich zkušeností žádost většinou zamítnuta. Pokud se zdravotnickou dokumentaci podaří zajistit, šance na získání odškodnění existuje, ale záleží na okolnostech celého případu. I přes to, že většina klientek má ve zdravotnické dokumentaci jimi podepsanou žádost o provedení sterilizace. Okolnosti podpisu jsou různé, spojuje je ale jedno: klientky nebyly nikdy dostatečně poučené o povaze, účelu a důsledcích sterilizace. Klientky dost často popisují situaci, kdy dostaly k podpisu nějaké papíry přímo při porodu, aniž by jim k tomu kdokoli cokoli řekl. Následně po porodu, většinou druhý den, byly odvezeny na „drobný zákrok“. Část žen popisuje, že byla záměrně uvedena v omyl, když jim jejich ošetřující gynekolog tvrdil, že je to spolehlivý druh antikoncepce, který se ale dá po dvou až třech letech odstranit a dotyčná bude moci mít další dítě. Zklamání při zjištění, že byly obelhány a další dítě už nikdy mít nebudou, pro ně bylo hodně traumatizující. Důsledkem sterilizace byl nezřídka i rozpad manželství příp. partnerského vztahu nebo domácí násilí, které klientky následně ve vztahu zažívaly.

Kladných rozhodnutí, které klientkám přiznali nárok na odškodnění doposud mnoho nemáme, konkrétně zatím šest. Většina klientek ještě na rozhodnutí čeká, obdržely dost často výzvu k doplnění tvrzení důkazů a poučení o možných důsledcích toho, když žádost nedoplní. Od některých klientek bohužel nemáme zpětnou vazbu.

Ministerstvo zdravotnictví je s vyřizováním žádostí ve skluzu a nedodržuje zákonem stanovenou lhůtu 60 dnů pro rozhodnutí. Na tuto skutečnost upozornil i Veřejný ochránce práv, který na podzim loňského roku provedl na základě řady stížností šetření z vlastní iniciativy.

Ministerstvo zdravotnictví na svých webových stránkách zveřejnilo dne 21. 2. 2024 informaci, že zřídilo kontaktní telefonní linku a email, kam se mohou žadatelky obracet.

Informační linka **211 155 505** je v provozu každé pondělí a středu od 9 do 15 hodin, k dispozici je také e-mailová adresa: sterilizace@mzcr.cz. Žadatelky nebo jejich zmocněnci se na uvedené kontakty mohou obracet **například o tyto informace:**

- Zda ministerstvo žádost eviduje (byla doručena dle požadavků zde).
- Zda ministerstvu bylo doručeno doplnění, které měla žadatelka zaslat v běhu řízení.
- Zda už ministerstvo obdrželo zdravotnickou dokumentaci od nemocnice.
- Zda dosud bylo/nebylo vydáno rozhodnutí.

Žádosti musí být nejpozději 2.1.2025 doručeny na adresu Ministerstva zdravotnictví. Pokud budou do tohoto data doručeny, bude o nich rozhodováno. Dle sdělení Ministerstva zdravotnictví bude rozhodnuto o každé žádosti, která bude včas doručena.

Radka Lišková
Právnička pro oběti trestných činů

PROJEKT REPRODUKČNÍ ZDRAVÍ

Nový projekt reprodukční zdraví přináší nová témata pomoci lidem ze sociálně či ekonomicky vyloučeného prostředí. Věnuje se emancipaci žen ze znevýhodněných prostředí, podporuje ženy v získávání vzdělání a profesních dovedností, posiluje jejich sebevědomí a umožňuje jim účinněji se zapojovat do společnosti. Není ale jenom o zlepšování zdravotních a ekonomických podmínek, ale i o posilování hlasu žen v společnosti. S podporou veřejnosti a relevantních institucí má potenciál vyvolat skutečnou změnu ve životech mnoha žen. Konkrétně projekt klade důraz na tři klíčové oblasti: menstruační chudobu, ženské zdraví a osvětu o důležitosti pravidelné gynekologické péče.

Menstruační chudoba je termín, který možná není široce známý, ale odkazuje na situace, kdy ženy a dívky nemají finanční prostředky na nákup základních menstruačních potřeb, což vede k absencím ve škole či práci a omezuje jejich běžné sociální a profesní aktivity. Projekt se snaží tento problém řešit poskytováním hygienických pomůcek tam, kde jsou nejvíce potřeba. V projektu je možnost napřímo financovat nákup potřeb.

Dalším pilířem projektu je zvýšení povědomí o ženském zdraví a důležitosti pravidelných návštěv gynekologa. Mnoho žen v celé ČR stále podceňuje nebo zanedbává pravidelné zdravotní pro-

hlídky, a to z mnoha důvodů. Jedním z nich mohou být finanční náročnost či nedostatek informací či prostředků, jak lékaře či lékařku najít, oslovit a začít pravidelně navštěvovat. Zároveň je třeba také upozornit na nerovnoměrné pokrytí dostupnosti gynekologické péče v kraji.

Kromě práce klientkami se kolegyně a kolegové z organizace vzdělávají: workshopy či semináře jsou příležitostí vyzkoušet si na vlastní kůži, jak mohou probíhat konverzace o citlivých tématech. Nabyté vědomosti se pak snažíme maximálně využít při práci v terénu.

V projektu reprodukčního zdraví proběhly semináře s gynekologem MUDr. Janem Gegušem k tématu antikoncepce, dále pak vzdělávací workshop od organizace Konsent na téma Sexuálního násilí, školení od Slow Tech Institute na téma Rizika na internetu, závislost na sledování pornografie nebo seminář pomoci obětem domácího násilí od organizace Acorus.

Martina Bláhová, koordinátorka terénních programů

#SOSUkrajina

„NEPŘESTÁVÁ MĚ UDIVOVAT, JAKÉHO ZLA JE ČLOVĚK SCHOPEN.“ 5 otázek pro naši kolegyni Lýdii Kollrosovou

Lýdie je vedoucí informačního centra v Klatovech. Od začátku roku 2022 se věnuje organizování pomoci válečným uprchlícím i přímé péči o potřebné. Pomáhá válkou postiženým lidem a stojí za řadou lokálních humanitárních iniciativ.

Jak jsi se dostala k práci v Člověku v tísní? Co tě přivedlo k práci v sociálních službách a speciálně k pomoci lidem z Ukrajiny?

Když jsem se po dlouhé rodičovské „dovolené“ začala rozkoukávat a pátrat po pracovních příležitostech, netrvala jsem na tom, že to musí být nutně v sociální oblasti. Hledala jsem uplatnění, které mi umožní skloubit práci s rodinou a bude flexibilní. ČVTV zrovna hledal terénního pracovníka v Klatovech a umožnil mi nastoupit na zkrácený úvazek, podle mých potřeb. To bylo v prosinci 2021. Pak ale přišel 24. únor 2022 a začali jsme s týmem přemýšlet, jak reagovat na nově vzniklou situaci. Povedlo se s městem Klatovy domluvit pronájem prostor v blízkosti náměstí, kde jsme začali provozovat „Informační centrum pomoci lidem z Ukrajiny“. Naše „ícéčko“ je stále v provozu, máme otevřeno dva dny v týdnu a stále přicházejí lidé, kterým poskytujeme sociální poradenství, pomoc s podáním žádostí o dávky, prodloužením víza, hledáním zaměstnání či bydlení. V centru probíhají bezplatné kurzy českého jazyka – pro začátečníky a pro pokročilé. V létě 2023 jsme uspořádali dva příměstské tábory pro ukrajinské děti, které měly velký úspěch. Nově se schází 1x týdně „ženský kruh“, kde se setkávají ukrajinské i české ženy, společně pod vedením lektorky pracujeme se svými emocemi, tvoříme, sdílíme, v bezpečném prostoru otevřeně mluvíme o svém strachu, o svých frustracích, očekáváních a nadějích. Jsem za tento projekt velmi ráda, může být malým střípkem, který přispěje k větší toleranci a vzájemnému porozumění v době rostoucích nepřátelských nálad všeobecně, i u nás v Klatovech.

S jakými hlavními výzvami se setkáváte při poskytování pomoci válečným uprchlícím?

Řekla bych, že pro ukrajinské uprchlíky je kvůli jazykové bariéře výzvou vlastně jakýkoliv běžný úkon – jednání na úřadě, návštěva lékaře, hospitalizace, komunikace se školou apod. Pro nás však začíná být skutečně velkou výzvou hledání bydlení pro klienty, a to i pro ty české. Komerční nájmy jsou pro většinu klientů nedo-

stupné, pořadník žádostí o městský byt je nekonečný. Mám radost, že několika klientům z Ukrajiny pomohla získat důstojné bydlení kauce poskytnutá ČVTV. Velmi se obávám situace po 1. 9. 2024, kdy dojde ke změně v poskytování státního humanitárního (bezplatného) ubytování, které již nebude po 90 dnech možné ani pro zranitelné skupiny. Jak bude hledat 79letá seniorka, jejíž důchod z Ukrajiny činí v přepočtu cca 1 500 Kč, byt k pronájmu a z čeho ho zaplatí? Máme větší množství klientů, kteří v důsledku běsnění agresora přišli o svůj domov a s ním o celou minulost. A ze své budoucnosti, v nové zemi, mají velké obavy. A my také.

Máš nějaké nové plány na aktivity, projekty do blízké budoucnosti?

Projekt „ženského kruhu“ bude probíhat do poloviny června, rádi bychom, kdyby od září bylo možné pokračování. Také opět přemýšlíme nad uspořádáním příměstského letního tábora – je po něm velká poptávka. Přejeme si, aby Infocentrum zůstalo i nadále místem, kde občané Ukrajiny získají potřebné informace a podporu, aby cítili, že se v tomto nelehkém období mají na koho obrátit.

Jakou radu bys dala lidem, kteří chtějí pomoci ukrajinským uprchlíkům, ale nevědí, jak začít?

Možností je spousta, stačí jen chtít. Možná máte v práci spolupracovnici z Ukrajiny, která sotva vyjde s platem a byla by ráda za nabídku použitého oblečení pro děti, které sama živí. Možná máte ve škole spolužáka, který bojuje s češtinou a uvítal by víkendové doučování. Možná jste potkali maminku s kočárkem, která by ráda navštěvovala baby klub, ale neví, jak se přihlásit. Lze se registrovat na



platformě <https://pomahej-ukrajine.cz/> a nabídnout zde pomoc – od materiální, přes doprovody až například po ubytování. Pak už stačí jen počkat, až se ozvou pracovníci nevládních organizací.

Co se ti za celou dobu tvé práce nejvíce vrylo do paměti?

Upřímně, příběhy lidí. Rodina se dvěma malými dětmi, která strávila 12 dní bombardování města Izjum ve sklepě o vodě a jedné instantní polévce. Seniorský pár prchající během střelby raket na Mariupol a klopýtající přes mrtvá těla svých sousedů. Dobrovolnice, pomáhající zraněným vojákům v sanatoriu, která odjela vyzved-

nout humanitární pomoc, a když se vrátila, budova byla srovnána se zemí a všichni zahynuli. Maminka s šestiletým synem, který od pobytu ve sklepech v Charkově trpí nezvladatelnými hysterickými záchvaty. Žena, která řeší, z čeho zaplatit cestu a koupit hrob, aby mohla pohřbit svého jediného syna, který zemřel při obraně Kyjeva. Matka, která stále doufá, že jí syn odpoví na zprávu, kterou mu poslala před rokem, když bojoval pod Bachmutem. Těch příběhů je spousta. A mě nepřestává udivovat, jakého zla je člověk schopen.

Děkuji moc za rozhovor a tvou práci!

#Šikana

PROTI ŠIKANĚ: KOMPLEXNÍ PŘÍSTUP KE ZDRAVÉMU A BEZPEČNÉMU ŠKOLNÍMU PROSTŘEDÍ

Šikana, téma, které je sice často diskutované, ale bohužel i nadále aktuální, zasahuje především školní prostředí, kde se stává zdrojem značného počtu psychických i fyzických problémů. Jedná se o jakékoliv chování, které má za cíl ublížit, ohrozit či zastrašit, ať už se jedná o fyzické útoky, jako je bití či vydírání, nebo verbální útoky, včetně nadávek a ponižování. Méně zřejmé formy zahrnují například nenápadné přehlížení až ignorování nebo kyberšikanu.

Důležité je rozpoznat šikanu co nejdříve, ideálně již ve fázi, kdy dochází ke zvyšující se fyzické agresi a manipulaci, což umožňuje efektivní zásah. Příznaky mohou zahrnovat izolaci dítěte od vrstevníků, změny v chování jako smutek nebo úzkost, poruchy spánku, pokles školních výsledků, fyzické symptomy stresu, nevysvětlitelné zranění, nebo změny v běžném chování, jakými jsou například objížďení školy cestou do ní či z ní.

Úloha školy v prevenci a řešení šikany je klíčová. Měla by být zajištěna komunikace mezi pedagogy, žáky a rodiči a vytvořeny podmínky pro otevřenou diskuzi o problémech. Zařazení školních psychologů, speciálních pedagogů a sociálních pedagogů do týmu školy může výrazně přispět k zajištění bezpečného prostředí.

Kromě vnitřních školních opatření je vhodné využít i vnější zdroje, jako jsou poradny, speciální vzdělávací programy a spolupráce s orgány sociální ochrany. V závažnějších případech se mohou použít i právní kroky proti agresorům, včetně trestních oznámení.

Preventivní opatření by měla zahrnovat výchovu k zdravému životnímu stylu, rozvoj sociálních dovedností a schopnost zvládat stresové situace. Vědomí, že v případě potřeby mají žáci možnost kam se obrátit, je základem pro pocit bezpečí a klidu v prostředí školy.

V otázce šikany rozlišujeme pět stádií:

- ostrakizace
- fyzická agrese a přitvrzování manipulace
- vytvoření jádra
- většina přijímá normy
- totalita neboli dokonalá šikana

Velmi důležité je rozpoznat, kdy se již situace ve třídě/skupině vymyká kontrole a je třeba situaci řešit komplexněji, např. i za pomoci externího specialisty. Tato situace nastává zpravidla již ve 2. stádiu.

NA CO SI DÁVAT POZOR

- Za dítětem nedochází domů žádný spolužák, zdá se, že nemá kamarády.
- Dítě je zaražené, posmutnělé až depresivní, nemluví o tom, co se děje ve škole.
- Špatně usíná, má poruchy spánku, zdají se mu hrůzostrašné sny.
- Dojde k výraznému zhoršení prospěchu, je nesoustředěné, bez zájmu.
- Před odchodem do školy nebo po příchodu domů ho pobolívá hlava, břicho apod.
- Často navštěvuje lékaře, znenadání se objeví neomluvená absence.
- Do školy nebo ze školy chodí oklikami.
- Domů přichází s potřhaným oblečením, poškozenými školními pomůckami nebo bez nich.
- Často mu nevychází kapesné, ztrácí ho, požaduje další peníze.
- Dítě přichází domů vyhladovělé, i když dostává svačiny a obědy má zajištěné.
- Nedokáže uspokojivě vysvětlit svoje zranění - odřeniny, modřiny, lehký otřes mozku, naraženou kost nebo zlomeninu, popáleniny na ruce apod.

DALŠÍ MOŽNÁ OPATŘENÍ A DŮLEŽITÉ KONTAKTY:

- Navázat kontakt s odborníkem – PPP, SVP, neziskové organizace – POINT14, CPPT, P-Centrum apod.
- Linka bezpečí: 116 111 – www.linkabezpeci.cz
- Rodičovská linka: 606 021 021 – www.rodicovkalinka.cz
- MÍŠ – minimalizace šikany: 116 000 – www.minimalizacesikany.cz
- Občanské sdružení proti šikanování – www.sikana.org
- Asistované setkání s rodiči agresora a domluva na nápravě – jen v ojedinělých případech u počátečního stádia šikany!
- Zajistit ochranu dítěte na cestě do školy a domů
- Při závažném šikanování podat trestní oznámení na agresory, školu nebo zřizovatele
- Při špatném psychickém stavu dítěte možnost domácího vzdělávání nebo individuálního plánu a spolupráce s psychologem

Dana Šlaichová, koordinátorky sociální služby pro rodiny s dětmi

ZLEPŠENÍM DOSTUPNOSTI SLUŽEB V PLZEŇSKÉM KRAJI

V jednom z minulých čísel Občasníku jsme psali o disproporcii mezi počtem obyvatel žijících mimo město Plzeň a prostorovým rozmístěním služeb sociální prevence, kdy s přibývajícím vzdáleností směrem od Plzně jejich množství značně ubývá. Stejně tak je tomu i se službami zaměřenými na děti a mladistvé. Nejen na tuto situaci reagujeme novou službou tzv. vzdálené a virtuální podpory dětí a jejich rodičů (či jiných pečujících osob) v Plzeňském kraji.

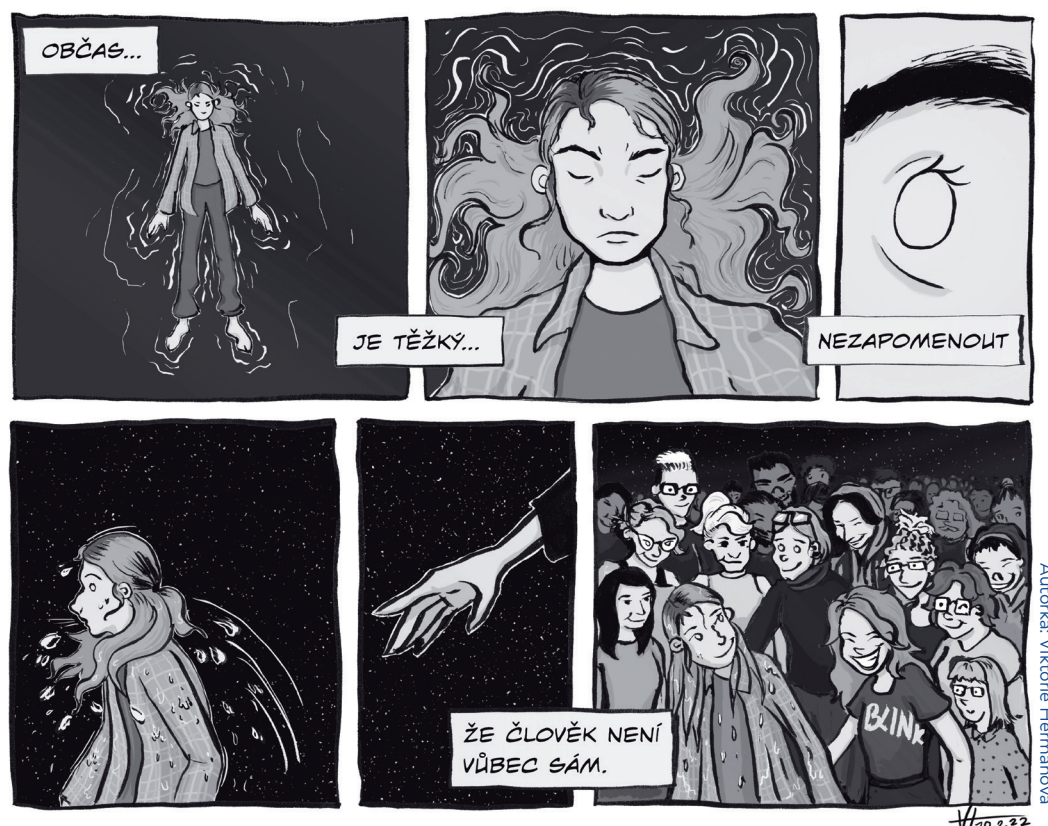
Naším cílem je zprostředkovat online podporu dětem na základní nebo střední škole a jejich rodičům v místech, kde není dostupná žádná služba, na kterou by se mohli obrátit. Z názvu samotné služby vyplývá, že velká část podpory je poskytována na dálku, tj. online. Z důvodu vysoké poptávky po podpoře vzdělávání dětí usilujeme o maximalizaci našich kapacit skrze spolupráci s dobrovolníky a dobrovolnicemi. Jsou to výhradně oni, kdo v rodinách děti doučují. Dobrovolníci, děti i rodiče se mohou obracet na pracovníky služby, jejímž úkolem je podpora celého procesu. Rodiny nad rámec doučování mohou s pracovníky služby řešit i další věci týkající se vzdělávání dítěte jako je např. komunikace se školou či jinými školskými zařízeními. V nutných případech může pracovníce v rámci Plzeňského kraje rodinu navštívit v domácnosti nebo ji doprovodit do školy, poradenského zařízení atd.

Rodina zapojená do služby potřebuje počítač nebo jiné technické zařízení a schopnost s ním pracovat. Nabízíme proto možnost zapůjčení techniky nebo podporu při jejím obstarání (např. zapůjčení ze školy, darování z existujících sbírek, aj.). Dále je možné spolupracovat na zvyšování digitálních kompetencí včetně základní orientace v tématech jako je bezpečnost na internetu. Zapojení do naší virtuální podpory není potřeba se bát, pomůžeme se vším potřebným. Obracet se na nás mohou samotné rodiny, školy či jiné organizace poskytující služby dětem a jejich rodičům, které se nachází v nepříznivé situaci a potřebují podporu při vzdělávání dětí.

Na tomto místě bychom rádi poděkovali všem zapojeným dobrovolníkům a dobrovolnicím, bez jejichž ochoty pomoci bychom byli schopni podpořit mnohem méně dětí. Rádi bychom také oslovili nové dobrovolníky a dobrovolnice. Více informací o dobrovolnictví naleznete na webových stránkách organizace clovekv-tisni.cz, na našich FB stránkách nebo si také můžete poslechnout díl věnovaný tématu dobrovolnictví v našem podcastu Mimo zorné pole.

Miroslava Haplová, zástupkyně ředitele

Chcete se zapojit do online doučování dětí? Napište nám na email doucovani.plzen@pinf.cz.



Autorka: Viktorie Hermanová

17.10.2022

Informace o činnosti regionální pobočky společnosti Člověk v tísni a kontakty na pracovníky v jednotlivých regionech najdete na www.clovekv-tisni.cz/plzen. Sledujte nás také na www.facebook.com/clovekv-tisni.plzenskykraj.