

02/2024

Aktuality

## Trauma bolí i chudé děti

To je název našeho nového projektu, který jsme s novým rokem rozběhli na Hradecku díky podpoře NROS - Pomozte dětem.

Přejeme si, aby i děti ze sociálně znevýhodněných rodin měly rovný přístup k odborné terapeutické pomoci, kterou potřebují. Během svého krátkého života prožily často až moc strachu, nejistoty, ztrát a ohrožení, které zůstávají ze strany dospělých mnohdy nepovšimnuté. Přejeme si, aby i tyto děti dostaly šanci objevit v sobě vnitřní zdroje, které jim pomohou traumatické zážitky překonat.

Více o projektu se dozvíte zde: <https://www.aufori.cz/trauma-boli-i-chude-deti>.

Mgr. Lenka Matoušková,  
ředitelka organizace Aufori,  
o.p.s.

## 3 příklady dobré práce z Péče o duševní zdraví – tým z Rychnova nad Kněžnou

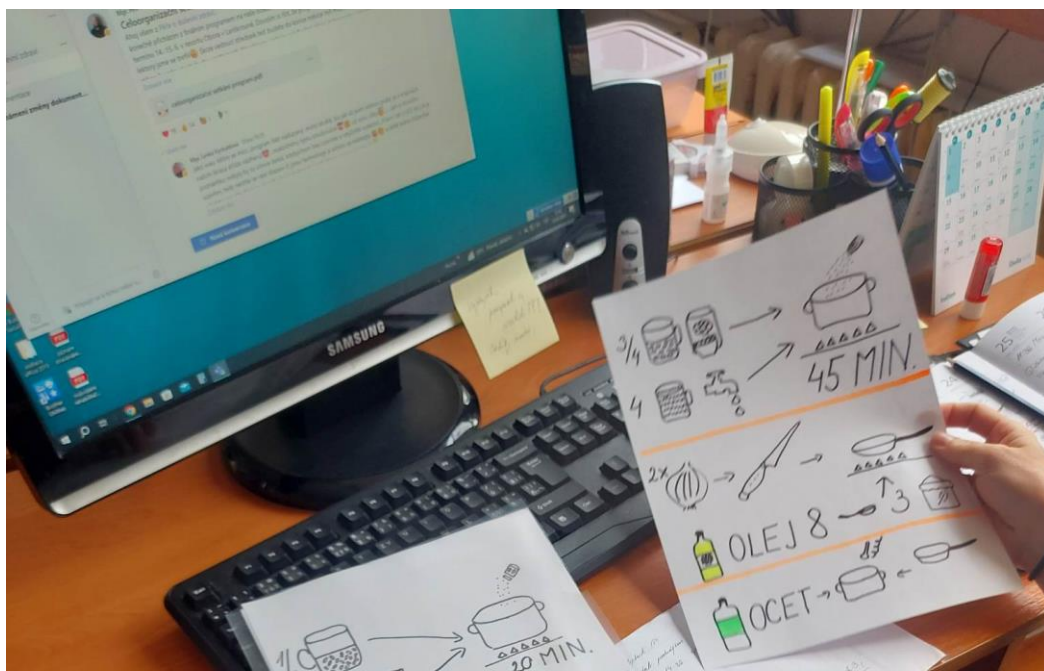
Jsme přesvědčeni, že všichni lidé mají být přijímáni s respektem ke své jedinečnosti. A proto podporujeme lidi, kterým do života vstoupilo duševní onemocnění, aby mohli žít dle své volby, zodpovědně k sobě i ostatním. Jsme organizace Péče o duševní zdraví a jedno z našich středisek máme už od roku 2009 i v Rychnově nad Kněžnou.

### Cesta za samostatným vařením

Klientova finanční situace nebyla příznivá. Nepřicházelo v úvahu, aby využíval dovážku jídla nebo chodil jíst do restaurace. Neuměl vařit a měl potíže s finančním hospodařením. Překážkou byla i snížená schopnost číst. Společný cíl pro sociální pracovníci a klienta byl jasný – vymyslet, jak by si mohl vařit doma sám.

### Piktogramy jako jedinečné řešení

V Péči o duševní zdraví razíme heslo, že vše má své řešení a nebojíme se složitých výzev. I přes obtížný start se nám podařilo vytvořit plán, jak situaci efektivně zvládnout. Sociální pracovníce trénovala s klientem nakupování, poskytla rady ohledně vhodných potravin a varovala před těmi nevhodnými, pomohla i s plánováním rozpočtu. Nejtěžší bylo vymyslet, jak by si klient mohl vařit sám. A tady se ukázala tvořivost: Sociální pracovníce vytvořila pro klienta piktogramový návod na vaření, který obsahoval ilustrace postupu. Tím klient získal schopnost vařit kdykoli, nejen za její přítomnosti. Pro klienta to byl významný krok v jeho životě s duševním onemocněním.



Spolufinancováno  
Evropskou unií

02/2024

Aktuality

Pokračování ze str. 1

### Když je jet na výlet problém, pomáháme i skrze skupinu

Vyjet si na výlet je pro většinu lidí radost. Jenže když vám do života vstoupí duševní onemocnění, může radost vystřídat strach. Naplní vás obava z neznámého prostředí, ze setkání s cizími lidmi, z nákupu jízdenky, z jízdy vlakem, z toho, že se prostě ztratíte...! Plánování cesty je totiž někteří naši klienti neumí pracovat s internetem, virtuální prostředí je pro mnohé nějakým způsobem nebezpečné. Tyto bariéry se pokoušíme bořit při skupinových výletech. Strach se totiž stává snesitelnější a uchopitelnější, pokud je sdílený. Společně zážitky a následné vzpomínky nás propojují a můžeme z nich čerpat. A není to jen zábava, právě výlety odstraňují ze života našich klientů samotu a současně posilují jejich samostatnost i odvahu. Dávají také příležitost vytvářet přátelství, která přináší podporu a motivaci ke změně. Fotografie je z výletu do Galerie moderního umění v Hradci Králové, která nás okouzila a rozhodně doporučujeme návštěvu všem.



### Umíme najít individuální řešení

Jedna za našich klientek má pod vlivem duševního onemocnění strach vyjít z bezpečí vlastního domova. Má obavy z velkého, bezbřehého prostoru, z cizích lidí i z vlastních reakcí. Přesto si přeje společnost lidí, současně by se ráda věnovala tvoření. Plně její potřeby respektujeme, současně se společně s ní snažíme najít řešení, které jí bude vyhovovat. A i to se povedlo.

Klientka projevila zájem o zapojení do Arte skupiny, a tak jsme to vyzkoušeli online. Je v bezpečí domova, přesto s námi ve společnosti. Může sdílet čas a prožívat stejné věci s ostatními, jako by byla na místě. Může mluvit pouze tehdy, když chce, a má plnou kontrolu nad tím, kdy se rozhodne opustit virtuální prostor, pokud by jí nebylo dobře.

Navíc nás to inspirovalo, abychom na skupině využívali internet a jeho možnosti ještě více. Pracujeme s klienty na tom, aby sami dokázali najít to, co potřebují, například inspiraci pro kreativní činnost. Klienti se učí využívat

různé online platformy zaměřené na antistresové aktivity a sami přinášejí do skupiny témata pro další činnosti.



### Cílená pomoc i v dalších okresech

Působíme ve 4 okresech Královéhradeckého kraje (Náchod, Hradec Králové, Rychnov nad Kněžnou a Jičín) a 3 okresech Pardubického kraje (Pardubice, Chrudim, Ústí nad Orlicí).

Nejčastěji klienty podporujeme při:  
zvládnání projevů duševní nemoci v běžném životě,  
náviku péče o vlastní osobu i domácnost,  
jednání na úřadech (např. vyřizování sociálních dávek),  
finančním hospodaření (plánování rozpočtu, řešení dluhů atd.),  
řešení krizových situací, jako je ztráta zaměstnání či bydlení aj.,  
aktivním trávením volného času a získávání společenských kontaktů.

Naše služby jsou určeny pro osoby starší 16 let, kteří se v životě potýkají s vážnou duševní nemocí, jako je například schizofrenie, afektivní poruchy aj., sociální pracovníci podporují také jejich blízké či rodinu.

V roce 2026 chceme středisko v Rychnově nad Kněžnou transformovat na centrum duševního zdraví a poskytovat i zdravotní služby.

Poskytování sociálních služeb ve Středisku Péče o duševní zdraví v Rychnově nad Kněžnou je spolufinancováno z projektu: **Služby sociální prevence v Královéhradeckém kraji VII reg. č. CZ.03.02.01/00/22\_003/0000078**, který je podpořen z prostředků Evropského sociálního fondu z Operačního programu Zaměstnanost plus (OPZ plus).

Autorka článku: Mgr. Magdalena Plivová  
PR manažerka

Odbor sociálních věcí

Krajský úřad Královéhradeckého kraje  
Pivovarské náměstí 1245/2,  
500 03 Hradec Králové

[www.kr-kralovehradecky.cz](http://www.kr-kralovehradecky.cz)

kontakt pro přihlášení a odhlášení z databáze  
příjemců: [azachariasova@kr-kralovehradecky.cz](mailto:azachariasova@kr-kralovehradecky.cz)  
tel.: + 420 725 870 783

02/2024

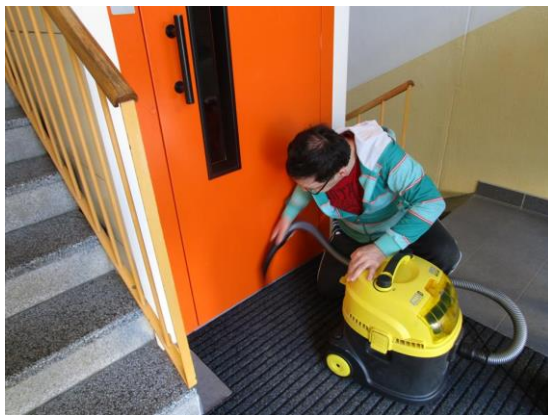
Aktuality

## Kazuistika pana N., bývalého klienta Sociální rehabilitace NONA

Pan N. (50 let) má nižší stupeň mentálního postižení a v některých oblastech života potřebuje poradit, popřípadě pomoci.

*Celý svůj život bydlel s otcem a když otec zemřel začal žít v roce 2015 sám, v nájemném bytě v našem městě. Kromě sestry nemá žádné příbuzné, kteří by mu mohli pomoci. Sestra ho sice téměř každý víkend navštěvuje, ale vzhledem ke své náročné práci a péči o vlastní děti, nemá často prostor okamžitě reagovat na jeho prosby.*

*Pan N. není plně samostatný, i když si dokáže řadu běžných záležitostí obstarat sám, potřebuje se často s někým poradit, aby svůj samostatný život zvládl. V domácnosti si není jistý s vařením, nezařídil by si opravu v bytě, ani si neumí byt řádně uklídit, často skladuje nevhodně potraviny, které se pak kazí. Také nemá úplný přehled o svých financích, občas příliš utrací a na konci měsíce mu nezbývají peníze. Má problémy si zařídit vyšetření u lékaře, popř. si něco vyjednat na úřadech či jiných institucích.*



*Když pan N. nastoupil do naší služby, pracoval na zkrácený úvazek jako uklízeč na volném trhu práce. Bohužel vzaměstnání měl již delší dobu problémy, nestíhal splnit přidělené úkoly, nebyl pečlivý. V sociální rehabilitaci se snažil zdokonalit své pracovní schopnosti, aby si tuto práci udržel, což se bohužel nepovedlo a v práci skončil. Po nějaké době tréninku si pan N. zlepšil své pracovní kompetence. Záhy dokonce nastoupil do dalšího zaměstnání, opět jako uklízeč. V současné době je na této pozici již 1 rok a zatím jsou s ním v práci spokojeni a on také.*



*Dále jsme se zaměřili v práci s panem N. na nácvik kompetencí v péči o domácnost. Pan N. se u nás naučil uvařit nějaké pokrmy, prát v pračce či využívat veřejné instituce jako např. knihovna, aby nemusel kupovat pro něj drahé časopisy. Vzhledem k tomu, že jsme posoudili, že by pro něj byla vhodnější terénní služba, poradili jsme panu N., aby zkontaktoval podporu samostatného bydlení Pferda, která tuto formu služby nabízí.*

*V současné době již pan N. naši službu nevyužívá, pracuje jako uklízeč v sociálním podniku a využívá terénní sociální službu Pferda.*

*Od 1.10.2022 do 30.9.2025 je činnost sociální rehabilitace hrazena v rámci Individuálního projektu Služby sociální prevence v Královéhradeckém kraji VII, číslo projektu: CZ.03.02.01/00/00/22\_003/0000078 předloženého do Operačního programu Zaměstnanost (OPZ).*

*Autorka článku: Mgr. Markéta Hanušová  
ředitelka společnosti NONA 92, o.p.s.*



**Odbor sociálních věcí**

Krajský úřad Královéhradeckého kraje  
Pivovarské náměstí 1245/2,  
500 03 Hradec Králové

[www.kr-kralovehradecky.cz](http://www.kr-kralovehradecky.cz)

kontakt pro přihlášení a odhlášení z databáze  
příjemců: [azachariasova@kr-kralovehradecky.cz](mailto:azachariasova@kr-kralovehradecky.cz)  
tel.: + 420 725 870 783