DIECÉZNÍ CHARITA
BRNO

CELSUZ IN

INFORMACE
INSPIRACE
Z JAROŠKY
2/2016

Milé čtenářky, milí čtenáři,

právě se vám dostalo ke čtení vánoční číslo našeho časopisu Celsuz-IN. V tomto čísle bychom vám rádi přiblížili jak vlastně služby u nás na centru CELSUZ probíhají. Dozvíte se, v jakých případech vám může pomoci naše sociální poradna, s jakými otázkami vám může pomoci náš právní poradce či kdy se můžete obrátit na naše dluhové poradenství. V dalších článcích jsou také podrobně představeny aktivity pro osoby dlouhodobě nezaměstnané a také nabídka aktivit pro osoby s duševním onemocněním.

V letošním roce se kolegové, poskytující aktivity pro osoby s duševním onemocněním, účastnili velkého množství vzdělávacích akcí, konferencí ale i různých další akcí, jejichž předmětem byla reforma psychiatrické péče. Namátkou zmíním například Konferenci v Parlamentu ČR, kde se k plánovaným změnám v koncepci péče o duševně nemocné vyjadřovalo mnoho odborníků, jak z řad lékařů, tak z řad organizací. Výstup z konference pro vás připravil kolega Mgr. Jan Kozák, který vede tým pracovníků pomáhající osobám s duševním onemocněním.

Ani v tomto čísle nebudou chybět praktické rady z právní oblasti, které připravil právní poradce Mgr. Adam Herma. Tentokrát na téma rozvod, kdy se dozvíte, jak takový rozvod probíhá a na co se připravit.

Další z praktických rad zpracovala dluhová poradkyně Bc. et Bc. Andrea Sládečková, která poskytuje v našem centru dluhové poradenství. V článku najdete například vysvětlení nejčastější pojmů, se kterými se při řešení exekuce můžete setkat.

Článků je opravdu mnoho a věřím, že s naším „půlročníkem“ strávíte příjemné chvíle.

Veronika Imrichová,
vedoucí Centra CELSUZ

OBSAH

Představení činností centra CELSUZ 3

Co vám může nabídnout „Poradenství“? 3

Aktivity pro osoby dlouhodobě nezaměstnané (ADN) 6

Aktivity pro osoby s duševním onemocněním 8

Články z dílny týmu duševního zdraví 11

Články z dílny odborného sociálního poradenství 18

Informace o Tříkrálové sbírce 26

Kontakty 27

CO VÁM MŮŽE NABÍDNOUT „PORADENSTVÍ"?

SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ

Sociální poradenství je poskytováno všem zájemcům, kteří jsou nějakým způsobem v krizi. Cílová skupina je tudíž velmi široká. Využít sociálního poradenství můžete kdykoli v otvíracích hodinách nebo v čase na objednání po domluvě s pracovníky. O poskytování sociálního poradenství se stará především sociální pracovnice, která se také věnuje motivačním rozhovorům (viz níže).

Služba odborné sociální poradenství s vámi bude řešit zakázky týkající se bydlení, zaměstnání, sociálních dávek, vyplňování formulářů, vyřizování nových dokladů při jejich ztrátě a další. Je možné využít také po předchozí domluvě využít doprovodů.

MATERIÁLNÍ POMOC

Pracovnice sociálního poradenství může na základě posouzení životní situace nabídnout klientovi potravinovou pomoc nebo poukázku do charitního šatníku Baltazar. Potravinová pomoc je poskytována z potravinové sbírky nebo v podobě potravinových (a hygienických) balíčků. Dále může pracovnice klientům vystavit úvěrovou jízdenku, která však slouží pouze pro akutní případy (převedení soc. agendy, návrat z vězení domů atd.).

MOTIVAČNÍ ROZHOVORY

Od září 2016 mohou klienti odborného sociálního poradenství využít možnosti otevřeného rozhovoru s pracovníkem. Tyto rozhovory se nazývají motivační a jde o terapeutický, komunikační přístup, který podporuje vnitřní motivaci klientů ke změně. Tyto rozhovory lze využít u různých typů problémů, nejčastěji se však využívá u klientů se závislostí, s poruchami příjmu potravy a při práci s mladistvými. Zaměřuje se na dilemata klienta, tedy na témata, která s sebou nesou potřebu rozhodování klienta. Pracovník, který s klientem rozhovor vede, klientovi aktivně, empaticky naslouchá, vede naprosto otevřený rozhovor v bezpečném a nerušeném prostředí, podporuje klienta a pomáhá mu s jeho vnitřní motivací při rozhodování (zdroj: motivacnirozhovory.cz). Klienti se mohou na tyto

rozhovory objednávat u sociálního pracovníka Poradny. Na rozhovor je vymezený čas 60 minut a v případě zájmu klienta se může jednat o dlouhodobou spolupráci.

DLUHOVÉ PORADENSTVÍ

Dluhové poradenství je velmi využívanou službou České poradny. Je poskytováno sociální pracovnicí, Bc. et Bc. Andreou Sládečkovou, která se klientům snaží pomáhat v řešení jejich dluhů. Cílovou skupinou jsou osoby v krizi, jejichž krize je spojena se zadlužením nebo je zadlužením zapříčiněna. Služba je poskytována ambulantně i terénně, je tedy možné využít doprovodů na úřady.

Dluhové poradenství vám může pomoci zorientovat se v dluzích, tedy zjistit jména věřitelů a výši dluhů, komunikovat s věřiteli (případně s exekutory), nastavovat splátkové kalendáře, zastavit exekuce v případě nemajetnosti, sestavit domácí rozpočet a finanční plán a další.

V rámci dluhového poradenství také spolupracovat s právním poradcem, Mgr. Adamem Hermou, který se na dluhovém poradenství taktéž podílí. Velkou částí agendy dluhového poradenství je připravování klientů na oddlužení, tedy poradenství při sepisování insolvenčních návrhů. Jedná se o dlouhý a náročný proces, na kterém spolupracuje klient s dluhovou poradkyní a právním poradcem. Na dluhové poradenství je možné se objednávat přímo u Andrey Sládečkové nebo přes sociální poradenství.

DLUHOVÉ PORADENSTVÍ PRO HAZARDNÍ HRÁČE A JEJICH BLÍZKÉ

Tato služba je u nás poskytována nově a o její poskytování se, stejně jako u dluhového poradenství, stará Bc. et Bc. Andrea Sládečková. Slouží zejména hazardním hráčům a jejich rodině a blízkým, kteří se vlivem hazardního hraní ocitli v krizi. V rámci

tohoto poradenství se zaměřujeme na poskytování dluhového poradenství, jehož smyslem je hledat řešení dluhů a zmírňovat důsledky zadlužení mnoha směrech. Tato služba může klienta navázat také na odborné sociální poradenství, v rámci kterého je možné řešit možnosti bydlení, zaměstnání sociálních dávek aj.
Tato služba vám může konkrétně pomoci ve zmapování dluhové situace (kolik, proč a komu dlužíte?), zorientování se ve svých právech a povinnostech co se týče exekucí, při kontaktu s věřiteli, exekutory a úřady, při oddlužení a další.
Tento typ poradenství je úzce provázáno s právním a sociálním poradenstvím, jejichž služeb vám může být nabídnuto.

PRÁVNÍ PORADENSTVÍ

Právního poradenství mohou využít klienti, kteří si nemohou dovolit zaplatit služby advokáta. Konzultace bez předchozího objednání není možná, klienty k právnímu poradci objednává vždy sociální pracovník, ať už dluhového nebo sociálního poradenství. Pokud klientova zakázka vyžaduje více konzultací, další schůzku s klientem domlouvá přímo právní poradce.
Právní poradenství vám může být nápomocno v oblastech rozvodového řízení, svěření dětí do péče, dědictví a majetku, pracovního práva, trestního práva, zdravotního práva a v mnoha dalších. Tato služba je velmi využívaná a tudíž také vytížená. Proto prosím počítejte s tím, že objednáváme nejdříve dva týdny dopředu.

PSYCHOLOGICKÉ PORADENSTVÍ

Psychologické poradenství poskytuje psycholožka Mgr. Hana Tomicová. Služba zahrnuje setkávání nad tématy, která Vás momentálně trápí a dělají Vám starosti, např. nízké sebevědomí, pocity prázdnoty, vyčerpání a únavy, zvýšená citlivost, podrážděnost, úzkosti, deprese, potíží ve vztazích (rodinných, pracovních, partnerských), pocity osamělosti. Naši psycholožku můžete navštívit také, když chcete poznat více sebe nebo druhé, rozvíjet se a osobnostně růst. Pokud si nejste jisti, zda je zrovna pro Vás psychologické poradenství vhodné, můžete se objednat na nezávaznou schůzku, kde se s psycholožkou situaci proberete a společně zvážíte, co by pro Vás bylo nejlepší.
K psycholožce se objednává buď přes sociálního pracovníka, který jí na Vás předá kontakt a ona se Vám ozve. Nebo se můžete objednat rovnou u ní přes e-mail a nebo telefon.

AKTIVITY PRO OSOBY DLOUHODOBĚ NEZAMĚSTNANÉ (ADN)

Pomoc v oblasti zaměstnávání sociálně znevýhodněných osob má na Celsuzu desetiletou tradici s bohatými zkušenostmi. Po celou dobu se zaměřujeme zejména na rozvoj individuální sociální práce. Služba však má velké zkušenosti i se skupinovou formou práce s lidmi. Aktuální nastavení této pomoci je nabízeno v rámci sociální služby Celsuz - sociální rehabilitace, kde se tým pěti sociálních pracovníků věnuje dlouhodobě nezaměstnaným lidem.

PRO KOHO JSOU ADN URČENY

Za dlouhodobě nezaměstnané považujeme ty, kteří v posledních třech letech byli déle než dvanáct měsíců bez zaměstnání nebo byli déle než dvanáct měsíců vedeni na Úřadu práce. O naši službu se tak mohou zajímat lidé, kteří byli například v dlouhé pracovní neschopnosti a do zaměstnání se již nevrátili. Dále se může jednat o lidi, kteří mají takzvaně brigádu, ale zároveň jejich práce nekoliduje s evidencí na Úřadě práce. Dalšími příklady jsou lidé, kteří jsou sankčně vyřazeni z evidence Úřadu práce nebo právě nastoupili na veřejně prospěšné práce a byli dlouhodobě nezaměstnaní, jsou po rodičovské dovolené. Klasickou situací ovšem je, když zájemce o naši službu je evidován na Úřadě práce déle než rok a déle než rok se mu také nepodařilo, z různých důvodů, uspět na trhu práce.

Okolnosti, které delší nezaměstnanost zájemcům o naši službu provází, jsou součástí našich prvních rozhovorů. Tyto okolnosti mohou být zároveň příčinou nezaměstnanosti. Ať tak či tak, společně kráčejí ruku v ruce s nezaměstnaností a zájemci o naši službu je vnímají jako nežádoucí sociální situace, ve kterých se nalézají a nedokáží si pomoci sami, případně ani s pomocí svých nejbližších. Zájemci popisují nejčastěji: nedostatek financí nebo dluhy, ztrátu bydlení nebo neuspokojivé bydlení, zdravotní znevýhodnění, psychickou krizi, obtížnou vztahovou nebo rodinnou situaci, nedostatečnou pracovní kvalifikaci a nedostatečnou

orientaci či chybějící dovednosti vhodné pro trh práce, ale také osamocenost. Tým pracovníků ADN nabízí podporu v těchto životních situacích.

JAK NAŠE SPOLUPRÁCE S KLIENTY VYPADÁ

Každou středu mezi 13 a 15 hodinou máme prostor se setkat s novými zájemci. Je to první prostor pro vzájemné poznávání. Po tomto setkání už zájemce kontaktuje sociální pracovník, který bude zájemce dále službou doprovázet. Schůzky se sociálním pracovníkem mohou probíhat jak v budově, tak někde v terénu. Zájemce se stává našim klientem podpisem smlouvy o sociální rehabilitaci. V prvních rozhovorech seznamujeme se službou, mapujeme možnosti, zjišťujeme a reagujeme na případné hrozby. Doprovázíme klienta v jednáních, ale i v rozhodování.. Náš zájem o člověka je celkový, jakmile si s nějakou problematikou nevíme rady, tak hledáme pomoc jinde. Do spolupráce často zapojujeme další odborníky (další sociální pracovníky, právníky, psychology, úředníky, doktory apod.). Máme zkušenost, že nejlepší možnou variantou kontaktu, je pravidelné setkávání. Frekvence kontaktu se na schůzkách vyjednává a je záležitostí možností obou stran. Prosazujeme práva a zájmy klientů v různých oblastech života klientů (finance, bydlení, zdraví, komunikace s úřady, fungující mezilidské vztahy) a poskytujeme širší pracovní poradenství.

ČEMU DALŠÍMU SE VĚNUJEME A CO DALŠÍHO NABÍZÍME

Kromě výše uvedeného, nabízí tým ADN určité speciální techniky a postupy:

- Možnost absolvovat modelové výběrové řízení, zažít si komunikaci, jak by vypadala při pohovoru a s možností natočit toto setkání na kameru. Později lze udělat rozbor nahrávky
- Využít možnosti setkání s reflektujícím týmem dalších odborníků. Ve skupině se generují nápady, získávají se podněty a pocit sdílení s ostatními může dodávat velkou sílu
- Možnost plánovat svoji budoucnost ve skupině, za účasti dalších sociálních pracovníků a za pomocí svých blízkých, kteří jsou se souhlasem na tuto aktivitu zváni. Setkání je inspirováno směrem, kterému se říká „Na člověka zaměřené plánování"
- Každý, ktdo aktivně hledá zaměstnání, může využít některých kontaktů naší služby se spřátelenými zaměstnavateli
- Nabízíme možnost specializovaného profesního poradenství, jako programový balíček o cca pěti schůzkách
- Věnujeme se také učení základům práce na PC

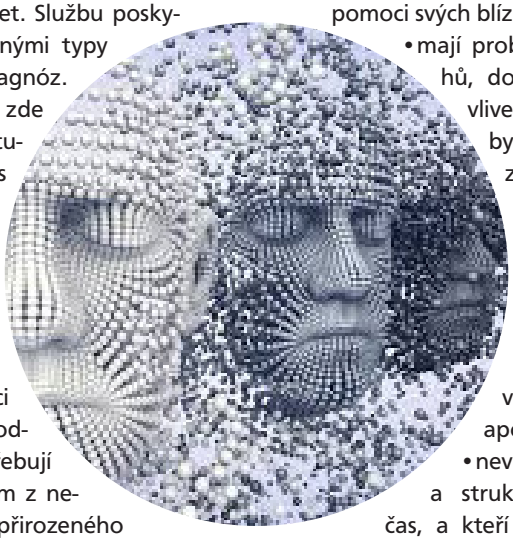
V roce 2016 začíná bližší spolupráce s Úřadem práce na možnostech využívání veřejně prospěšných prací (VPP) v situacích dlouhodobě nezaměstnaných. Naše služba se snaží napomáhat lidem na VPP, aby tento nástroj aktivní politiky fungoval jako tranzitní k volnému otevřenému trhu práce a aby byl takto vnímán a využíván. Prezentovali jsme pracovníkům Úřadu práce naše dosavadní zkušenosti z podpory a doprovodu lidí, kteří jsou v rámci VPP zaměstnaní. V prezentaci se nám podařilo zdůraznit právě hlas lidí, kteří na VPP jsou a upozornit na případné nedostatky v systému z širšího hlediska, na rizika, které jsou s VPP spojená a vyzvat ke společnému hledání řešení.

AKTIVITY PRO OSOBY S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM

Aktivity pro osoby s duševním onemocněním realizuje tým, ve kterém pracuje šest sociálních pracovníků a jeden peer konzultant (člověk s vlastní zkušeností s duševním onemocněním). Snažíme se o to, aby lidé, kteří mají psychiatrické potíže, mohli žít takový život, pro který se sami rozhodnou.

KOMU A JAK POMÁHÁME

Pomáháme lidem s duševním onemocněním, kteří se ocitli v nepříznivé sociální situaci a jsou starší 18 let. Službu poskytujeme lidem s různými typy psychiatrických diagnóz. Pro lepší představu zde uvádíme typické situace, ve kterých nás naši klienti kontaktují. Jsou to lidé, kteří:



- jsou hospitalizovaní v psychiatrické nemocnici nebo ve všeobecné nemocnici na psychiatrickém oddělení, a kteří potřebují pomoct s přechodem z nemocnice zpět do přirozeného prostředí (domů k rodině, do podnájmu, na ubytovnu apod.), nebo potřebují pomoc s vyřízením nějaké záležitosti v průběhu hospitalizace
- žijí sami doma, ale je pro ně obtížné vše zvládnout, potřebují mít možnost se s někým poradit, nebo se potřebují naučit nějakou dovednost, aby se o sebe dokázali starat sami
- vlivem nemoci si nejsou schopní zajistit příjem ze zaměstnání a ocitají se tak v situaci hmotné nouze
- ocitnou se v psychické krizi, kterou nejsou schopni zvládnout vlastními silami, ani za pomoci svých blízkých
- mají problémy v oblasti dluhů, do kterých se dostali vlivem své nemoci, když byli v oslabení a někdo z blízkého okolí zneužil jejich důvěru a půjčil si na ně peníze, nebo když vlivem nemoci daný člověk nebyl schopen platit složenky včas a ve správné výši apod.
- nevědí, jak mají využít a strukturovat svůj volný čas, a kteří hledají něco smysluplného, čím by naplnili svůj život, když jim jejich nemoc neumožňuje vrátit se do zaměstnání.

Základem naší služby je individuální práce s každým klientem. To znamená, že s každým zájemcem o naši službu se v průběhu vzájemného seznamování ptáme, jaká má od nás očekávání, jak bychom mu mohli pomoci. Nikomu nic nevnucujeme, na obsahu i způsobu naší pomoci se s každým domlouváme. Službu poskytujeme jak v budově centra Celsuz, tak jsme po domluvě s klien-

tem schopni přijít za ním domů, do psychiatrické nemocnice, nebo kamkoli ve městě.

TĚMTO LIDEM POMÁHÁME:

- najít naději, že jejich situace není bezvýchodná, a že na cestě k zotavení z duševní nemoci na to všechno nemusí být sami
- aby neztratili důvěru v sebe sama, a neztratili schopnost se za sebe svobodně rozhodovat
- aby nás vnímali jako průvodce (pomocníky) v procesu zotavení, ne jako odborníky, kteří jim řeknou, jak mají žít
- aby si dokázali sami říct, jaký život chtějí žít

A ZCELA KONKRÉTNĚ
TĚMTO LIDEM POMÁHÁME:

- najít práci na plný či zkrácený úvazek, nebo práci na chráněném pracovním místě
- se zajištěním sociálních dávek
- s podáním žádosti o invalidní důchod
- s hledáním adekvátního bydlení – podnájem bytu či pokoje, ubytovny, ale někdy nezbývá než poskytnout informace o noclehárnách a azylových domech, popř. dotyčnou osobu do daného zařízení doprovodit a pomoci mu s vyřízením vstupních formalit
- s vyřizováním nejrůznějších záležitostech na úřadech, u lékařů apod. (klienty na tato místa doprovázíme a pomáháme jim při komunikaci s dotyčným úředníkem, lékařem apod.)
- s urovnáváním narušených rodinných vztahů, facilitujeme rodinná setkání
- s promýšlením a tvorbou pritikrizového a krizového plánu
- s učením se umění, jak hospodařit s penězi
- se zprostředkováním kontaktu na dobrovolníky z řad studentů, kteří s našimi klienty tráví volný čas
- trénovat mozkové funkce jako je paměť, koncentrace, logické uvažování, postřeh, ... v aktivitě Trénink kognitivních funkcí
- nabízíme možnost odpočinku, načerpání nových sil a seznámení se s novými lidmi v Tvořivé dílně
- nabízíme zapojení do Svépomocné skupiny, kterou organizuje peer konzultantka (člověk s vlastní zkušeností s duševním onemocněním)
- a mnoho dalšího na co zde není dostatek místa

SKUPINOVÉ AKTIVITY REALIZOVANÉ TÝMEM DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ

TVOŘIVÁ DÍLNA

Jednou týdně se scházíme v aktivitě s názvem Tvořivá dílna. Jde o prostor, v němž je možné relaxovat, oddychnout si od starostí, procvičit své ruce a odpoutat zahlcenou mysl. Můžete se tu setkat s dalšími lidmi a sdílet s nimi své zážitky a prožitky, nebo se jen věnovat tvořivé činnosti. Není potřeba být znalcem výtvarných technik, stačí jen popustit uzdu fantazii a oddat se tvoření.
Je možné využít nabízený materiál a najít si činnost, která je vám blízká. Letos jsme se věnovali například ubrouskové technice, korálkování všeho druhu, malování, šití, vyšívání, smaltování, tkaní i drátování. Někteří si ušili zahřívací polštářek, a kdo toužil svým tvořením pomoci, mohl se zapojit do šití taštiček na nošení žilního katetru pro nemocné děti. Do dílny nám také letos přibyl nový tkací stav a dva šicí stroje. Na obrázcích si můžete prohlédnout některé z krásných a originálních výrobků účastníků Tvořivé dílny.

TRÉNINK KOGNITIVNÍCH FUNKCÍ

Každé úterý se v Celsuzu koná Trénink kognitivních funkcí pro začátečníky a pro pokročilé, vždy hodinu dopoledne a hodinu odpoledne. Klienti si zde trénují paměť, postřeh a řeší různé hlavolamy. Dále se procvičují v koncentraci a v pozornosti. Stejně jako v jiných skupinových aktivitách, tak i zde mezi sebou navazují kamarádské vztahy.

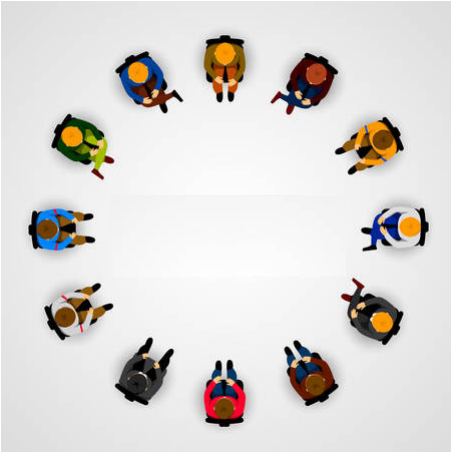
SVÉPOMOCNÁ SKUPINA

Skupina je určená pro lidi, kteří se potýkají s psychickým onemocněním nebo se nachází v psychické krizi, a rádi by své zkušenosti sdíleli s ostatními.
Skupina probíhá jednou týdně v odpoledních hodinách. Skupinu vede peer konzultanka Marie Hodaňová, která má zkušenost s psychickým onemocněním. Skupina má omezenou kapacitu maximálně 10 účastníků.

ČLÁNKY Z DÍLNY TÝMU DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ

TA PRAVÁ ŽIVOTNÍ JISTOTA ANEB STŘÍPKY ZE ŽIVOTA SVÉPOMOCNÉ SKUPINY

Na svépomocné skupině jsme nedávno řešili téma "jistota v životě", a sdíleli jsme společně, co si každý z nás pod tímto pojmem představuje. Pro někoho je jistota zdraví, pro jiného finanční zabezpečení a pro dalšího pevný vztah, ať už v rodině nebo s partnerem. Vesměs jsme se shodli, že s těmito jistotami většina z nás souhlasí. Ale potom nás zaskočil kolega, který toho moc nenamluví, ale když něco řekne..., znáte to, ostatním poklesne brada a aha moment vám na chvíli vyrazí dech.
Kolega řekl zhruba toto:
„Pro mě je to, co jste jmenovali taky velmi důležité, ale největší jistotu vidím v tom, že se umím milovat. Když se mám rád a umím naslouchat svému srdci, všechny ty ostatní jistoty jsou sice příjemné, ale umím se bez nich i obejít. Navíc jsem poznal, že ani zdraví, peníze a dokonce ani dobré vztahy si nemůžu zajistit nebo pojistit napořád. Mnohdy stačí málo a jak zdraví, tak peníze jsou pryč. A co se týká vztahů, ty jsou navázány tak tenoučkými vlákny, že stačí jedna nemoc a vše se bortí. Co však je stálé po celou dobu, co budu existovat, jsem já! Já jsem se sám narodil a taky sám odejdu z tohoto světa. Všechno, co mě v životě potkává, prožívám já sám se sebou a jen já vím, jak cítím bolest i radost. Když jsem sám sobě dobrým přítelem, umím si poradit v mnoha situacích a pomoc druhých je jen třešnička na dortu, která potěší. Když se mám zdravě rád, tudíž naslouchám svému tělu a proto je i mé zdraví pevnější. No, a když si věřím a mám zdravé sebevědomí, pak i s financemi nemám velký problém."



Přiznám se, že jsme všichni uznali, že to je ta pravá jistota pro nás pro každého a trochu nás mrzelo, že jsme na to nepřišli sami. Ale právě proto se potkáváme ve svépomocné skupině, abychom si navzájem pomáhali chápat život a učit se od sebe navzájem.

Marie Hodaňová, peer konzultantka

BUDOUCÍ PSYCHOLOGOVÉ POMÁHAJÍ SPOLU S NÁMI

V listopadu letošního roku jsme zahájili spolupráci s Projektem Spolu. Jedná se o sdružení studentů psychologie, kteří na bázi dobrovolnosti zajišťují našim klientům volnočasový program. Studentky (prozatím jsou to samé ženy) se s klienty schází v terénu, chodí s nimi na procházky, povídají si o každodenním životě, navštěvují kulturní akce, stávají se parťákem při zájmových aktivitách nebo si zajdou jen tak na kafíč-

ko. Aktivita je nazvaná výstižně Setkávání s dobrovolníkem a mohou jí využívat klienti služby Celsuz - sociální rehabilitace. Čas a místo setkávání záleží na vzájemné domluvě klienta a dobrovolníka.
Se spoluprací s Projektem Spolu jsme na samém začátku, ale po prvním setkání s dobrovolnicemi, jsem přesvědčená, že bude obohacující pro všechny strany. Jsme moc rádi, že se naše řady rozšířily o další aktivní lidi, kterým není oblast duševního zdraví lhostejná a kteří svou činností přispívají ke zlepšení společenského života našich klientů. Těšíme se na SPOLUpráci.

Lenka Tomčalová, sociální pracovnice

REFORMA PSYCHIATRICKÉ PÉČE – FORMÁLNÍ ZMĚNY NEBO HLUBŠÍ PROMĚNA V PŘÍSTUPU K PÉČI O DUŠEVNĚ NEMOCNÉ?

V listopadu 2016 jsem se zúčastnil konference Společnost a duševně nemocní. Konference se konala v Poslanecké sněmovně Parlamentu České Republiky pod záštitou Ing. Radky Maxové, místopředsedkyně Výboru pro sociální politiku a předsedkyně Stálé komise pro rodinu, rovné příležitosti a národnostní menšiny.

V tomto textu bych chtěl reflektovat příspěvek Mgr. et Mgr. Martina Fojtíčka nazvaný Zotavení – příležitost pro českou psychiatrii. Fojtíček svým příspěvkem upozornil na opomíjené téma v procesu reformy psychiatrické péče, kterým je změna převažujícího medicínského pohledu na péči o duševně nemocné, k přístupu akcentujícímu zotavení z duševní nemoci.
Spolu s Fojtíčkem jsem přesvědčený o tom, že lidem s psychiatrickou diagnózou je potřeba především vrátit jejich lidskou důstojnost (ještě lépe jim ji vůbec nebrat), a to zejména uznáním jejich společenských rolí. Krásně to Fojtíček demonstroval na příkladu, o jehož volné převyprávění se zde pokusím: Většina klientů, kteří za mnou přijdou jako za poskytovatelem sociální služby, se mi představuje zhruba takto: *„Dobrý den, já jsem Franta Vomáčka a mám schizofrenii.“* Pana Fojtíčka to pak vede k potřebě vyrovnat skóre, a proto dotyčnému odpoví: *„Dobrý den, já jsem Martin Fojtíček, trpím alergií a mám velmi silné dioptrie.“* Místo toho by se rád představoval takto: *„Těší mě, já jsem Martin Fojtíček ředitel Ledovce, z. s. a už řadu let zde působím jako terapeut a taky mám ženu a děti, zajímám se o ..., ...atd.“* Zkrátka každému je milejší, když může mluvit o tom v čem je dobrý, jaké má společenské role a co rád dělá, než o svých nemocech či handicapech.

Chápu lídry a participanty reformy, kteří předpokládají, že ony technické změny, které připravili a formulovali v dokumentu Strategie reformy psychiatrické péče, přivodí ony kýžené změny v přístupu duševně nemocných ke kvalitnější péči, která bude poskytována více v přirozeném prostředí (v komunitě) namísto nemocnic. Přesto jsem přesvědčen, že dokud zde bude přetrvávat medicínské pojetí v péči o duševně nemocné, pak stále nebudeme moci hovo-

řit o reformě, takové jakou si ji mnozí z nás představují.

Pro lepší pochopení zde uvádím krátkou zprávu ze setkání naší peer konzultantky Marie Hodaňové s dalšími peer pracovníky na rekondičním pobytu pořádaném organizací Kolumbus. Na tomto setkání účastníci z řad psychicky nemocných vyjadřovali obavy, které se týkaly center duševního zdraví. Mnozí tato centra původně vnímali jako zařízení, která budou poskytovat moderní péčí o pacienty s psychickými potížemi, ale na základě informací získaných z odborných konferencí a z diskusí s budoucími poskytovateli těchto center mají jisté obavy. Bojí se, že tato centra budou vlastně takovou prodlouženou rukou léčeben. A to se jim vůbec nelíbí, jelikož převážná většina těchto lidí má s pobytem v léčebnách své zkušenosti.

Lze jen doufat, že propojením zdravotní a sociální péče dojde k vyvážení obou přístupů. Jak toho medicínského, tak na zotavení zaměřeného přístupu reprezentovaného sociálními pracovníky.

Jan Kozák, koordinátor aktivit pro osoby s duševním onemocněním

BESEDA NA TÉMA DUŠEVNÍ ZDRAVÍ S AMERICKÝM TERAPEUTEM WILLEM HALLEM

V listopadu 2016 se v Brně uskutečnila beseda s americkým terapeutem Willem Hallem, MA, DiplPW, který se sám dokázal dostat z bludného kruhu psychóz a přestože mu byla diagnostikována schizofrenie, žije dnes aktivním společenským životem bez medikace. Hall vydal knihu „Průvodce bezpečnějším vysazováním psychiatrických léků“, která je dostupná zde: http://tinyurl.com/oryye5c.

Navzdory své zkušenosti s nemocí Hall školí a podporuje lidi po celém světě, a to jak samotné uživatele psychiatrické péče, tak také psychology, lékaře, policisty, vládní úředníky a další. V následujícím textu se pokusím shrnout hlavní myšlenky, kterými Hall zahájil brněnskou besedu.

Hall na úvod besedy řekl svůj životní příběh a zkušenosti s psychiatrickou léčbou, na to navázal několika myšlenkami o převažujícím medicínském přístupu k léčbě duševních poruch ve světě. Následně hovořil o postoji společnosti vůči lidem s duševním onemocněním a o tom, jak významný to má dopad na schopnost opětovně se začlenit do společnosti. Velkou část přednášky Hall věnoval hovoru o přístupech a aktivitách, které považuje za velmi důležité v procesu úzdravy z duševní nemoci.

MEDICÍNSKÝ PŘÍSTUP K LÉČBĚ DUŠEVNÍCH PORUCH

V rámci tohoto tématu Hall nejprve zmínil svoji osobní zkušenost ze setkání s psychiatry, kteří ho léčili. Hall uvedl, že když one-

mocněl, tak mu tehdy lékaři sdělili, že:
1. schizofrenie je neléčitelné onemocnění;
2. nemocný člověk musí brát celý život léky;
3. schizofrenie je onemocnění dané geneticky.

Hall považuje tato tři tvrzení moderní medicíny o duševních nemocech, zejména o schizofrenii, za nepravdivá. Jeho protiargumenty jsou:

ad1/ Ze schizofrenie se dá zotavit, tzn. že se člověk může naučit např. pracovat se svými hlasy tak, aby ho neomezovaly v jeho běžném fungování, nebo se jich někteří lidé mohou dokonce zbavit úplně. Jako příklad dobře fungujícího a tedy vyléčeného člověka zmínil Hall sám sebe, upozornil také na známého Johna Nashe nositele Nobelovy ceny za ekonomii, kterého řada lidí zná díky filmu Čistá duše.

ad2/ Ano, některým lidem léky pomáhají a je pro ně dobré je brát, pak je ale celá řada lidí, kterým léky nepomáhají, nebo jim dokonce škodí. Proto je důležité nebrat informaci o nutnosti brát léky celý život jako absolutní pravdu a jako jedinou možnou cestu pro sebe, ale jako jednu z možností.

ad3/ Hall staví svůj protiargument na tom, že ještě nikdo neobjevil konkrétní gen, který by způsoboval duševní onemocnění, a také na poznatku, že když se zdravý jedinec dostane pod tlak, např. je vystaven spánkové deprivaci, pak i u něj dojde k projevům, jako by měl psychózu. Hall říká, že tyto zkušenosti jsou normální a po odeznění krize mohou zcela vymizet.

Domnívám se, že ačkoli by se s tezemi Halla dalo polemizovat, rozhodně bychom neměli přehlédnout jeho další sdělení.

RŮZNÉ POSTOJE SPOLEČNOSTI K OSOBÁM S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM

Hall ve své přednášce upozornil na významný vliv společenských stereotypů na proces zotavování a opětovného začlenění lidí s duševním onemocněním zpět do ekonomického a kulturního života společnosti.

Oproti západnímu přístupu k lidem s duševním onemocněním Hall zmínil přístup severoamerických indiánů, kde se lidé s projevy, které u nás nazýváme psychické onemocnění, stávají šamany. Další paralelu vidí Hall v indických jogínech. Zkušenost s projevy psychické nemoci jako jsou hlasy nebo vizuální vjemy, popř. jiné neobvyklé zážitky tak mohou být nazírány ze zcela odlišného

úhlu pohledu, např. jako projevy duchovně zrající bytosti, která se na své cestě musí s těmito jevy naučit pracovat a získat nad nimi kontrolu. Neznamená to však, že by měla být doživotně označena nálepkou „blázen“, „šílenec“, „nebezpečný člověk“.

Hall je přesvědčen, že zcela jinak by se odvíjel život člověka, který by při své první zkušenosti s neobvyklými psychickými jevy dostal otázku „Chceš se stát šamanem? Chceš nastoupit na cestu, která je sice nebezpečná, ale může tě přivést k porozumění těmto jevům a naučit tě, jak nad nimi mít kontrolu?“, oproti sdělení: „Jsi psychicky nemocný člověk, tvoje nemoc je nevyléčitelná a do konce života budeš muset brát léky“.

Hall první z těchto přístupů pojmenovává jako přístup dávající NADĚJI, kde naděje spočívá v možnosti znovuzískat kontrolu nad svým životem. Druhý přístup můžeme označit jako přístup o BEZNADĚJI. Ve videu, které lze shlédnout na YouTube (odkaz najdete pod tímto textem) Hall sdílí svoji osobní zkušenost: „...a když jsem dostal diagnózu schizofrenie, bylo to jako bych dostal společenský trest smrti. Bylo to jako vyslovení zaříkávadla, které znělo: „Takový jsi, takový vždy budeš, změň svá očekávání a přestaň doufat.“

Hall několikrát upozornil na velmi silný odkaz z příběhu o emancipaci gayů a leseb. Je to podle něj příběh o nepřijetí, útlaku, represích (věznění, nedobrovolné lobotomie mozku) apod. Z této paralely Hall vyvozuje, že pokud chceme, aby se v naší západní společnosti významně změnilo vnímání psychicky nemocných lidí, musí vzniknout silné společenské hnutí prosazující zájmy duševně nemocných lidí. Hnutí, které bude bořit zaběhnuté společenské stereotypy a bude ukazovat na jiné způsoby pomoci než ty, které využíváme dnes.

PŘÍSTUPY A AKTIVITY POMÁHAJÍCÍ LIDEM S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM V PROCESU ZOTAVENÍ

Hall se zmínil o tom, že jeho hlavní myšlenkou není boj proti braní léků, ale kladení důrazu na individuální přístup k lidem, kteří prožívají psychickou krizi. To by v praxi mělo znamenat, že pacient je hned na začátku léčby informován o tom, že léky jsou jedním z možných nástrojů, které mohou být v procesu zotavování z duševní nemoci nápomocné. Zároveň by neměl být proces uzdravování redukován pouze na braní léků.

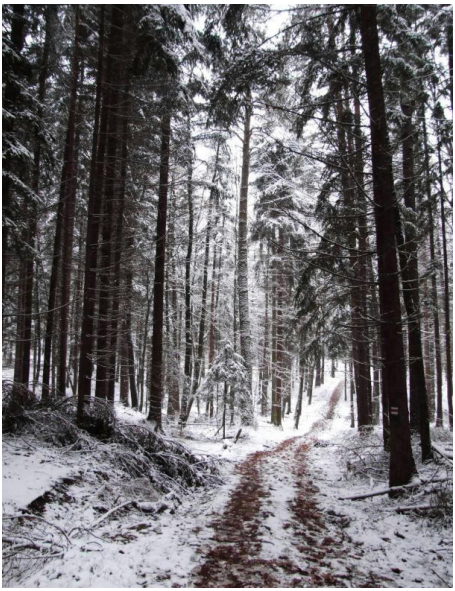
V tomto kontextu pak Hall poukazuje na koncept ZOTAVENÍ (RECOVERY) a za nejvýznamnější aktivitu odpovídající Hallově pojetí k přístupu zotavování lidí z duševního onemocnění považuje v Evropě přístup nazývaný OTEVŘENÝ DIALOG (OPEN DIALOGUE), který vznikl pod vedením Jaakka Seikuli v západním Finsku. Tento přístup se v posledních letech začíná prosazovat i dalších evropských zemích jako je Velká Británie, Polsko a Rakousko.

Za velmi důležitou součást zotavování se z duševního onemocnění vidí Hall svépomocné aktivity těchto osob jako je například svépomocná skupina Slyšení hlasů, která je ve světě známá pod názvem Hearing voices.

Odkazy:

Video Willa Halla o přístupu „Harm reduction“, dostupné na: https://www.youtube.com/watch?v=ESfzeiaiuQw&feature=youtu.be

Jan Kozák, koordinátor aktivit pro osoby s duševním onemocněním



DŘEVORUBCI DUŠÍ

Na letošní dovolenou jsem se velice těšila. Budu mít dostatek času, abych si zas po delší době prošla všechna moje zamilovaná místečka v lese, který miluji. Představovala jsem si, jak každé ráno vyrazím pokaždé jiným směrem a pozdravím všechna úžasná zákoutí, co mi poskytovala útočiště a vracela mi energii, jíž jsem díky starostem poztrácela. Mám ve "svém" lese spoustu těchto nádherných míst.

Když jsem vyrazila na jednu z cest, kde jsem delší dobu nebyla, ale důvěrně jsem ji znala, zažila jsme šok! To, co bývalo příjemnou procházkou po zelených pěšinkách vystlaných měkkým a heboučkým mechem, končících v tajemných, odlehlých zákoutích, bylo teď hororovou krajinou. Pařezy groteskně trčící, kolem nich poházené větve stromů, obrovské muldy z vyjetých kolejí po těžkých traktorech a díry a výmoly kam oko dohlédlo. Po pěšinkách ani stopy. Stromy, které zůstaly, jen smutně shlížely na tu spoušť a jaksi zvláštně šuměly. V ten moment jsem lesáky, co to vše měli na svědomí, považovala spíš za vandaly. Když jsem to za pár dnů probírala s jedním lesním inženýrem, bylo mi sděleno, že čas od času se les musí ozdravět, aby mohl zase růst a prospívat jako dřív. Dál mi řekl, že lesáci jsou takoví lékaři lesa, co ho formují a poskytují uzdravující prevenci, aby byl les silný a hlavně zdravě rostoucí. Jakoby to les neuměl sám! Časem se prý muldy srovnají, zničené a rozježděné pěšinky zarostou a vytvoří se nové. Les bude zase jiný a tím i zajímavější.

Proč tohle téma přináším? Mě totiž při pohledu na zdevastovaný les a při výkladu pana inženýra vytanula na mysli souvislost s léčením, jež jsem poznala na sobě a spolupacientech v psychiatrické léčebně. V mnoha případech se také pacientům od základu změnil život a působili stejně smutně a rozervaně jako mnou zmiňovaný les. Ano, i jim se rány po zásazích ozdravné péče časem možná zahojí. Tak jako les si najdou jiné pěšinky a na nich jiné lidi, co jim budou pomáhat znovu růst a sílit. Ale stejně jako ten les už budou napořád jiní! Ztratí spoustu stromů (lidí), co v jejich životě byli důležití a v mnoha případech se s nimi už nepotkají. V jejich duších zůstanou navždy muldy a díry, které sice časem zarostou, ale nezmizí. Budou jim pořád připomínat, že kdysi byli jiní.

Je pro mě velkou otázkou, jak přijmout péči lékařů lesních, tak i lékařů lidí. Za mého mládí se také lesy prořezávaly, ale bylo vše prováděno s citem a nezůstávaly tak děsivé pozůstatky těchto zákroků. Les byl uklizený a stále skoro stejný. Vždy jsme našli naše oblíbená místa a zásahy dřevorubců jsme

téměř nepoznali. Ptám se, zda by nešlo i dnes se podobně chovat nejen ve vztahu k lesům ale i k lidem?

Marie Hodaňová, peer konzultantka

NENÁSILNÁ KOMUNIKACE USNADŇUJE ŽIVOT

Stejně jako loni jsme si i v letošním roce s kolegy dopřáli absolvování společného kurzu pro celý tým. Tentokrát to byl kurz o nenásilné komunikaci. Ve mně zmíněný kurz zanechal mnoho nových podnětů, o které bych se s Vámi chtěla podělit.

Měla jsem možnost vyzkoušet si na různých modelových situacích své reakce a myšlenkové postoje. A to formou různých her a zábavných aktivit. Uvědomila jsem si, jak velice důležité je umění naslouchat lidem, se kterými komunikuji, ale zároveň je třeba také naslouchat sama sobě. Terapeutka nám pomohla zorientovat se v našich vzorcích chování a jednání. Mě osobně překvapilo, jak malou zásobu slov mám, co se týká vyjadřování emocí. A také to, jak moc je důležité umět pojmenovat nejen svoje prociťování, ale i pocity svého komunikačního partnera.

Lektorka nám pro názornost rozdělila reakce komunikujících do čtyř skupin. Šakal ven, šakal dovnitř, žirafa ven a žirafa dovnitř. Šakal ven je útočná komunikace na druhé lidi, šakal dovnitř útočí na mou osobu. Žirafa ven je podporující reakce vůči druhým lidem a žirafa dovnitř podporuje reakce pro mě osobně. A na různých situacích nám předvedla, jak tyto skupiny reagují v reálu.

Když jsme si měli pak v rámci cvičení tato jednání vyzkoušet, překvapilo mě, že v některých situacích vůbec neumím zaujmout nějaké stanovisko, natož reagovat! Napří-

klad chování šakala ven, mě velmi pobuřovalo, pokud bylo použito proti mně, ale nebyla jsem vůbec schopna komunikovat ve stejném stylu, což mi připadalo nelogické. Znovu jsem si uvědomila, jaké programy si nesu životem ze svého dětství a jak těžko se díky nim vciťuji, do druhých lidí.

Tento kurz mi dal spoustu impulzů k přemýšlení a motivoval mě k přehodnocení mých verbálních i neverbálních komunikací mezi lidmi. Určitě se budu snažit rozšiřovat slovní zásobu v oblasti pojmenovávání svých emocí. A také se učit hledat vhodná slova, co budou schopna obsáhnout prožívání komunikačního partnera. Jak jsme mohli na kurzu sami na sobě zakusit, nenásilná a vnímavá komunikace otevírá srdce a usnadňuje život ve všech oblastech.

ČLÁNKY Z DÍLNY ODBORNÉHO SOCIÁLNÍHO PORADENSTVÍ

JAK VZNIKAJÍ ZÁVAZKY V OBLASTI DLUHŮ?

Řada dlužníků je zavalena korespondencí a může se stát, že v haldě dopisů, upomínek, exekutorských návrhů či platebních rozkazů ztratí nejen přehled, ale také chladnou hlavu. Tento článek by měl čtenáři přiblížit proces vzniku jednotlivých fází dluhů a měl by jim pomoci identifikovat, v jaké fázi se dluh právě nachází, co jí předcházelo a co bude pravděpodobně následovat. Pro začátek je potřeba si ujasnit, jak a z čeho dluh vzniká. Dluh může vzniknout ze dvou základních zdrojů:
a) ze zákona
b) ze smluv

ZE ZÁKONA:

- Zdravotní pojištění
- Výživné
- Daně
- Povinné ručení
- Pokuty

ZE SMLUV:

- Nájem
- Služby a energie
- Půjčky
- Ručitelství
- Manželství – dluhy vzniklé v rámci společného jmění manželů

Závazky v oblasti dluhů, vždy vznikají na základě smluvního vztahu, a to většinou stvrzeným podpisem. Po vstupu do smluvního vztahu vzniká právní závazek, který je dlužník povinen plnit. Pokud tak nečiní, bude za neplnění svého závazku plně právně odpovědný s následky, které z něho vyplývají.
V tomto článku budou hojně používány pojmy věřitel (oprávněný), dlužník (povinný) a dluh (pohledávka). Věřitel je subjekt práva oprávněný ze závazkového právního vztahu požadovat plnění po dlužníkovi. Věřitel má pohledávku za dlužníkem, dlužník má dluh vůči věřiteli.

JAK TEDY DLUH VZNIKÁ A S JAKÝMI RIZIKY SE MUSÍ DLUŽNÍK POTÝKAT?

NEZAPLACENÍ ŘÁDNÉ SPLÁTKY VĚŘITELI

V této fázi dochází k porušení smluvních podmínek či jiné povinnosti a dlužník se ocitá v prodlení. Dluh zpravidla roste o smluvní pokuty, poplatek z prodlení či úroky.

UPOMÍNKA OD VĚŘITELE

Pokud se dlužník s věřitelem nedohodne na jiném způsobu splácení či dále nesplácí, věřitel zasílá upomínky, pohledávku může předat k vymáhání inkasní společnosti nebo ji inkasní společnosti prodat (v tomto případě dojde ke změně věřitele). Dluh dále roste o smluvní pokuty, poplatky a úroky stanovené ve smlouvě a nově se přidávají náklady na vymáhání.

PŘEDŽALOBNÍ UPOMÍNKA / VÝZVA K ZAPLACENÍ

V případě nesplácení může být výzva k zaplacení poslední upomínkou. Pokud na tuto výzvu dlužník adekvátně neodpoví, dochází ke krokům věřitele směrem k využití zákon-

ných mechanismů s cílem vymoci dlužnou pohledávku. Věřitel ohlásí odstoupení od smlouvy a splatnost celého úvěru díky ztrátě důvěry ve svého klienta (dlužníka). Věřitel zpravidla vyhledá advokáta. Advokát zjistí základní informace o případu a projedná další postup s věřitelem. Dohodne-li si věřitel s advokátem na právním zastoupení, podepíší mandátní smlouvu, v níž bude mj. uvedena i výše odměny advokáta nebo způsob jejího výpočtu. Náklady na právní zastoupení ve valné většině uplatňuje věřitel na dlužníkovi. V této fázi se tedy může dluh skládat z dlužné pohledávky, smluvní pokuty, poplatků, úroků, nákladů na vymáhání a nákladů právního zastoupení.

SOUDNÍ ŘÍZENÍ O NÁROKU VĚŘITELE / ROZHODČÍ ŘÍZENÍ

Věřitel v této fázi podává žalobu k soudu či

návrh na vydání platebního rozkazu (návrh na vydání elektronického platebního rozkazu). Platební rozkaz je rozhodnutí vydaném ve zkráceném řízení – tzn. nikdo se nezabývá tím, zda je oprávněný a správný, což znamená, že dluh může být teoreticky smyšlený. Okresní soud rozhoduje o platnosti pohledávky, zpravidla však pouze povrchně dle přeložených důkazů. Je na dlužníkovi, aby se vůči platebnímu rozkazu bránil, a to podáním odporu do 15 dnů od doručení pohledávky. Během jednání u soudu dlužník může napadnout výši dluhu. Podáním odporu se otvírá prostor jednat se soudem a domluvit případně splátkový kalendář. Soud může při jednání posuzovat smlouvu a neuznat například úroky v plné výši či některé sankce. Je to naděje pro dlužníka, že zaplatí nižší částku. Tento odpor však musí být rozumným způsobem podložený, (např. dluh je již zaplacen, poplatky jsou nepřiměřené apod.). Za soudní řízení soud naúčtuje soudní poplatky na vrub dlužníkovi.

Platební rozkaz musí být doručen do vlastních rukou, neplatí zde fikce doručení. V případě nedoručení návrhu na platební rozkaz je na dlužníka podána žaloba o zaplacení, proti které se dlužník může ve stanovené lhůtě bránit. Následně je vydán rozsudek.

Klient může spolu se smlouvou o spotřebitelském úvěru podepsat také rozhodčí doložku. Rozhodčí nález má stejné účinky jako klasické soudní rozhodnutí a je také exekučním titulem. V praxi přitom platí, že rozhodce je určován a zároveň i odměňován věřitelem, tudíž lze silně pochybovat o jeho nestrannosti. Právě finanční závislost rozhodce na věřiteli zakládá hlavní důvod k jeho podjatosti. V rozhodčím řízení tak bývá velmi často uznán i takový nárok

věřitele, který by u řádného soudu mohl být označen za neoprávněný. Posloupnost: rozhodčí doložka – rozhodčí řízení – rozhodčí nález. V této fázi se dlužník může bránit napadením rozhodčí doložky.

NEZAPLACENÍ VE LHŮTĚ UVEDENÉ V ROZHODNUTÍ SOUDU

V případě, kdy dlužník neplní povinnost, kterou mu uložil soud (prostřednictvím platebního rozkazu, rozsudku) nebo rozhodčí nález, věřitel zajistí provedení nuceného výkonu rozhodnutí prostřednictvím exekuce.

NÁVRH NA VÝKON ROZHODNUTÍ / EXEKUCE

Proto, aby byla exekuce provedena, musí existovat exekuční titul. Exekuční titul je listina, která slouží jako podklad pro vznik exekuce. Touto listinou může být soudní rozhodnutí – rozsudek, platební rozkaz či trestní příkaz, rozhodčí nález, notářský a exekutorský zápis. Na základě těchto listin, lze podat návrh na nařízení exekuce a to okresnímu soudu příslušnému podle místa bydliště nebo sídla dlužníka nebo se obrátit na soudního exekutora (nalezneme v seznamu exekutorů: www.exekutorskakomora.cz). Každý exekutor může vykonávat svou činnost na celém území České republiky. Pohledávku převezme exekutor, kterému už nepřísluší zkoumat pohledávku jako takovou a již se nezabývá tím, zda je pohledávka oprávněná. Proto ji začne zákonnými prostředky vymáhat. Dluh kromě výše uvedného roste o náklady soudního řízení, odměnu exekutora a náklady exekutora. Dlužník zároveň nesmí nakládat se svým majetkem, tzv. generální inhibitorum. Z šíře generálního inhibitora je vyloučeno

nakládání s majetkem v mezích běžné obchodní činnosti, při uspokojování základních životních potřeb a správa a údržba majetku.

EXEKUCE FORMOU SRÁŽKY ZE MZDY

V případě srážek z příjmů ponechá exekutor nezabavitelnou částku. Výše nezabavitelné částky se odvíjí od životního minima a od částky normativních nákladů na bydlení.

PRODEJ MOVITÉHO MAJETKU / PRODEJ NEMOVITOSTI

Exekuci prodejem zástavy lze pro zajištěnou pohledávku provést prodejem zastavených movitých věcí a nemovitostí v rozsahu stanovém zákonem a dle zásady přiměřenosti. Exekutor může navštívit doma dlužníka a samolepkami označit („oblepit") či rovnou odvést vybavení domácnosti. Pokud exekutor zjistí, že dlužník vlastní dům, byt, garáž apod. je zde reálná hrozba, že nemovitost prodá prostřednictvím dražby. V praxi to znamená, že dlužník již nemůže se svou nemovitostí nijak nakládat. Exekutor nařídí exekuční zástavní právo v katastru nemovitostí. Tím zablokuje dlužníkův majetek. Poté se nařídí dražba nemovitosti, a pokud se nemovitost podaří prodat, tak ze získané částky zaplatí dlužná pohledávka věřiteli a zbývající část ze zisku se vyplatí dlužníkovi. Dlužník samozřejmě po prodeji nemovitost musí svou nemovitost neprodleně opustit, popř. zůstat jako nájemník na základě domluvy s novým majitelem a vzniku nájemního smluvního vztahu.

ZÁVĚREM

Z výše uvedeného vyplývá, že dluh v čase roste, a to ne málo a dluhy reálně ohrožují existenční podmínky dlužníka, proto se vyplatí, aby dlužník řešil svou situaci neprodleně. Ať už se člověk nachází v jakékoli fázi dluhu, vždy doporučuji kontaktovat bezplatnou dluhovou poradnu a konzultovat svou situaci, byť by se jednalo pouze o prevenci. Je žádoucí, aby dlužník znal svá práva, povinnosti a možnosti řešení jeho situace v konkrétních fázích dluhu. V mnoha případech lze správnými kroky zabránit růstu dluhu a účtování si nepřiměřených nákladů, je však potřeba dodržovat stanovené lhůty.

Andrea Sládečková, dluhová poradkyně

Zdroje:
HRDINKOVÁ, T.; MATI, P. Metodika dluhového poradenství.
Bílina: Člověk v tísni, o. p. s., 2013. ISBN 978-80-87456-40-8

NĚKOLIKA ROZVITÝMI VĚTAMI K ROZVODU

Manželství bývá uzavíráno jako svazek naplněný láskou a přátelstvím trvající až do smrti. Bohužel asi v polovině případů končí manželství úplně jinak a s touto realitou je třeba počítat.

Rozvod rozhodně nebývá příjemnou záležitostí, ale nemusí jít ani o nic katastrofálního. Cílem tohoto článku je přiblížit institut rozvodu a jeho právní důsledky, popsat rozdíly mezi dvěma základními způsoby jeho provedení a poradit, co je k rozvedení potřeba a na co si případně dát dobrý pozor.

Manželství může být rozvedeno pouze soudem. Jeho rozhodnutím pak manželství zcela zaniká. K tomu ale musí být splněno několik podmínek. Protože stát nemá zájem na tom, aby byla v zemi vysoká rozvodovost, snaží se o smírné řešení rozporů mezi manželi a omezuje tento institut pouze na manželství hluboce, trvale a nenapravitelně rozvrácené bez naděje na jeho obnovení. Přeneseně tak nemůže jít třeba o jednu manželem spálenou večeři.

Dokonce i v případě takto hluboce rozvráceného manželství zákon stanoví dvě výjimky, pro které nelze manželství rozvést. A to pokud je rozvod v rozporu se zvláštním zájmem nezletilého a nesvéprávného dítěte, nebo se zájmem toho z manželů, kterému by rozvodem byla způsobena zvlášť závažná újma, a převážně se na rozvratu manželství nepodílel, přičemž manželé společně nežijí dobu kratší než tři roky. Poměrně těžkopádný jazyk zákona se dá shrnout tak, že by se manželství nemělo rozvádět za situace, pokud rozvod způsobí někomu z dotčených větší utrpení než setrvání v manželství.

Jaké jsou vůbec konkrétní následky zániku manželství? Co všechno je potřeba mezi bývalými manžely upravit? Pro zjednodušení můžeme mluvit o třech kategoriích. Péči o děti, majetkové vztahy mezi rozvedenými manželi a jejich společné bydlení.

O péči o dítě musí být soudem nějakým způsobem rozhodnuto ještě před samotným rozhodnutím o rozvodu. Jen okrajově – pokud dítě je v péči rodičů, jedná se o výlučnou péči jednoho z rodičů, střídavou péči nebo výjimečně i o společnou péči obou rodičů.

Řešení majetkových vztahů mezi manžely spočívá zejména v nutnosti vypořádání společného jmění manželů, které v běžném zákonném režimu pojímá takřka všechen majetek, který manželé vlastnili. Manželé mají možnost se o majetkových poměrech dohodnout, nechat rozhodnout soud nebo se vypořádáním vůbec nezabývat a nechat po třech letech nastoupit zákon. Možná zajímavější oblastí je případné výživné mezi rozvedenými manžely. Pokud totiž jeden z manželů nemá možnost živit se po rozvodu sám a to kvůli manželství, má druhý rozvedený manžel povinnost se o něj přiměřeně postarat. Jde například o situace, kdy se jeden z manželů vzdal veškeré kariéry, aby se naplno věnoval domácnosti a rodině.

Pokud se vrátíme k manželovi zmíněnému na začátku, tedy tomu, který se na roz-

vratu převážně nepodílel a rozvodem mu bude způsobená závažná újma, má tento po dobu nejvýše tří let od rozvodu dokonce právo na to, aby s rozvedeným manželem měli v zásadě stejnou životní úroveň. Uzavřením nového manželství samozřejmě právo na výživné zaniká.

Posledním důsledkem je pochopitelný konec společného bydlení. Pokud se manželé nedohodnou, rozhodne soud podle toho, jestli je právo bydlení některého z manželů slabší, případně také podle toho, jak bude probíhat péče o nezletilé děti.

Možná si všimneme určitého opakujícího se motivu při rozvodu. Vše se odvíjí od toho, jestli se manželé dohodnou, nebo bude o jejich poměrech muset rozhodnout soud. Podle panující rodinné situace je ostatně možné vést od počátku rozvod dvěma různými způsoby. Jde o takzvaný rozvod sporný či nesporný.

Začněme tím jednodušším. Nesporný rozvod je založen na tom, že s ním souhlasí oba manželé. K návrhu jednoho z nich k soudu se tak připojí i ten druhý. Nejde přitom jen o rychlost, největší výhodou je to, že soud u nesporného rozvodu nezjišťuje existenci rozvratu manželství, ani nezkoumá jeho příčiny. Manželé se tak vyhnou „praní špinavého prádla“ na veřejnosti a nepříjemnost rozvodu se tím sníží. Naproti tomu je sporný rozvod bojovou zónou, kde soud bude zjišťovat takřka vše.

Pokud je to jen trochu možné, určitě je lepší aktivně se snažit o dohodu nad nesporným rozvodem. V takovém případě je ale třeba poskytnout soudu maximální součinnost a vše mu pro jeho rozhodnutí nachystat. Nutnými náležitostmi jsou konkrétně: již zmíněný návrh o rozvod k soudu, ke kterému se připojil také druhý manžel, soudem schválená dohoda o tom, jakým způsobem bude pečováno o nezletilé děti manželů po

rozvodu a písemně uzavřené dohody manželů o majetkových poměrech mezi sebou, jejich bydlení a případně i výživném mezi nimi po dobu po rozvodu. Pozor na nutnou formu, dohody mezi manžely musí být písemné s úředně ověřenými podpisy.

Manželé zkrátka při nesporném rozvodu musí mít předem vyřešeny všechny důsledky, které s sebou rozvod nese. Zároveň jejich manželství musí trvat déle než jeden rok, přičemž spolu více než půl roku již nežijí. Jde tak o další překážku státu chránící před impulzivními rozvody.

Tolik tedy mé krátké shrnutí rozvodového práva v Česku. Všem čtenářům bych chtěl popřát šťastná manželství či registrovaná partnerství, a pokud opravdu nelze jinak, tak alespoň nesporné rozvody.

Mgr. Adam Herma, právní poradce

NAFOUKLÉ TICHO

Nafouklé ticho, útulné teplo.
Bezpečná tma, kde všechno je k mání.
Najednou úzkost a bodavé světlo,
příjemno je pryč, neznámo strach nahání.

A sotva pochopíš, že žít musíš sama,
letmo se poznáš s věcmi a lidičkama,
začne tvůj tanec na této zemi.

Životem projdeš s ním štěstím i utrpením.
Jednou si tančíš wals – klidně a důstojně,
podruhé s polkou si poskočíš obstojně.

Jindy zas kvapík tě roztočí,
až jediný pocit máš – hlava se rozskočí.
Zmatek a obavy občas tě do kouta zaženou,
když se ti čardáš či divoká samba žitím proženou.

Tu zatoužíš po něžném a útulném teple,
kde vše je bezpečné, příjemné, světlé.
Jediné místo, kde mír a klid je k mání
máš v láskou prohřáté Boží dlani.
Tam čekej ochranu, pomoc i oporu
a po tanečních kreacích osvěžení a podporu.

Marie Hodaňová, peer konzultantka

ÚSMĚV JE NAPŘAŽENÁ PRAVICE

Úsměv je napřažená pravice.
Úsměv je brána do srdce.
Úsměv je jiskra, co probleskne nocí.
Úsměv umí i ve smutku být pomocí.

Je tisíc druhů úsměvů,
jako je tisíc druhů pohlazení.
Z jednoho je ti do zpěvu,
jiný je jako letmé políbení,
co zlehýnka se dotkne tváře tvojí,
pohladí a stopy smutku zhojí.

Další úsměv, ten sluníčkový,
rozpustí všechny pochyby.
Oči ti rozzáří a tiše napoví,
že usmívat se smíš, ač nejsi bez chyby.

Přátelský úsměv jak lavina se šíří,
proteplí, potěší a zahřeje.
Od srdce přímo k srdci míří.
Usměj se s láskou a přiběhne naděje.

Naděje s láskou jsou v každém usmívání,
ve světě je jich tuze třeba.
Rozdávejme si tohle požehnání –
usmát se, přece není žádná věda.

Marie Hodaňová, peer konzultantka

Od 1. do 15. ledna 2017 se opět v ulicích našeho města rozezní kroky malých i velkých koledníků. Přijdou do Vašich domovů s poselstvím Tříkrálové sbírky. Prosíme, otevřete jim nejen dveře, ale také svá srdce. Vaše dary jsou určeny lidem, kteří si sami pomoci neumějí.

DĚKUJEME!

2. ledna 2017 ve 15.00 hod. – POŽEHNÁNÍ

– které udělí otec biskup Mons. Vojtěch Cikrle tříkrálovým koledníkům v katedrále na Petrově.

5. ledna 2017 v 16.00 hod. – PRŮVOD TŘÍ KRÁLŮ

– vyráží na koních, s velbloudem a lamou od Petrova přes Zelný trh, ulicí Masarykovou ke kostelu sv. Tomáše (králové se pokloní Jezulátku v živém Betlémě) a stejnou cestou se vrátí na Petrov. Průvod doprovodí zpěvem studenti ze Schola BiGy Brno.

5. ledna 2017 od 16.00 hod. – ŽIVÝ BETLÉM

– u kostela sv. Tomáše. Zpěvem bude doprovázet Musica Felix.

8. ledna 2017 v 18.00 hod. – TŘÍKRÁLOVÝ KONCERT

– jeho přímý přenos můžete sledovat na ČT 1.

Tříkrálovou sbírku můžete podpořit:

– zasláním dárcovské sms: DMS KOLEDA na číslo 87777,
– odesláním finančního daru na účet: 66008822/0800 vs 777 u ČS.

DIECÉZNÍ CHARITA
BRNO

www.dchb.charita.cz/sbirky
www.facebook.com/trikralovasbirka

KONTAKTY

Centrum pro lidi sociálně znevýhodněné

Mgr. et Mgr. Veronika Imrichová
Vedoucí CELSUZ
Tel.: 733 741 293
Email: veronika.imrichova@brno.charita.cz

Bc. Libor Třeška, Dis.
Koordinátor aktivit pro osoby dlouhodobě nezaměstnané
Tel.: 731 619 692
Email: libor.treska@brno.charita.cz

Mgr. Jan Kozák, Dis.
Koordinátor aktivit pro osoby s duševním onemocněním
Tel.: 731 428 372
Email: jan.kozak@brno.charita.cz

Mgr. et Mgr. Denisa Braunerová, DiS.
Koordinátorka služeb pro cizince
Tel.: 734 435 199
Email: denisa.braunerova@brno.charita.cz

Podpořte nás!

Pokud chcete podpořit centrum CELSUZ a pomoc lidem v nouzi, můžete tak učinit odesláním dárcovské zprávy **DMS DCHB na číslo 87777.** Cena jedné DMS je 30 Kč, CELSUZ obdrží 27 Kč. Více informací najdete na www.darcovskasms.cz.

Nyní můžete přispívat na činnost centra CELSUZ pravidelně každý měsíc po dobu jednoho roku. Stačí odeslat SMS ve tvaru DMS ROK DCHB na číslo 87777 a každý měsíc Vám bude automaticky odečtena částka 30 Kč.

Děkujeme!

Služby Centra pro lidi sociálně znevýhodněné jsou financovány z prostředků Ministerstva práce a sociálních věcí, Ministerstva vnitra ČR, Jihomoravského kraje, statutárního města Brna a prostředků Evropské unie.