

Jak si poradit v životních situacích

Praktické rady kam se obrátit,
když potřebujete zdravotní nebo sociální služby



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Pardubický
kraj

JAK SI PORADIT V ŽIVOTNÍCH SITUACÍCH

Praktické rady kam se obrátit,
když potřebujete zdravotní nebo sociální služby



Pardubický kraj



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Úvodní slovo

Vážení a milí spoluobčané,

lidský život přináší různé situace, a to nejen ty veselé, na které s úsměvem vzpomínáme s přáteli a rodinou. Život je také o situacích, ve kterých potřebujeme často radu či pomoc. Je moc dobře, že v našem kraji působí celá řada organizací, které tuto pomoc různého charakteru nabízejí. Jsem proto velmi rád, že můžeme po několika letech vydat tuto brožuru, která je svým obsahem unikátním dílem, jelikož obsahuje celou řadu užitečných informací k různým životním situacím, do kterých se můžete vy či vaši blízcí dostat, až po důležité telefonické a internetové kontakty.

Pevně věřím, že těch nemilých a komplikovaných situací bude co nejméně a budeme si moci spíše užívat těch radostných ve společnosti našich blízkých.

Přeji vám především pevné zdraví.

JUDr. Martin Netolický, Ph.D.

hejtman Pardubického kraje



Vážení občané Pardubického kraje,

do rukou dostáváte brožuru, která je pomocníkem v nelehkých životních situacích. Tedy právě také těch, které se týkají našeho zdraví. Nikdo z nás si nepřeje, aby se on sám nebo jeho blízcí ocitl v problémech, kdy si neumí pomoci. Obzvláště citlivě tuto věc vnímáme u lidí jakkoli znevýhodněných a nemocných. Právě v těchto chvílích hledáme pomoc u svých nejbližších, kamarádů nebo na internetu. Pardubický kraj přichází se souborem praktických rad, které nabízejí jasná řešení nebo cestu k nim. Tato publikace obsahuje kontakty na naše zdravotnická zařízení, která se snažíme rozvíjet v celé šíři jejich působnosti. Pevně proto věřím, že s jejich službami budete spokojeni.

Budu moc rád, když vám následující stránky napomohou.

Ing. Ladislav Valtr, MBA

radní Pardubického kraje pro oblast zdravotnictví



Milí spoluobčané,

při své práci se velmi často setkávám s tím, že se lidem v sociálně složitých situacích nedostává potřebných informací. V Pardubickém kraji máme celou škálu sociálních služeb, a tak se pomoci může dostat každému. Ne však všichni vědí, na koho se mohou obrátit, kdo jim pomůže a na co mají nárok. V posledních letech se nám osvědčilo soustředit všechny důležité informace na jedno místo, do jedné brožury. Tu první jsme distribuovali před pěti lety a je beznadějně rozebraná. Proto nyní přicházíme s rozšířeným vydáním, které jsme po konzultacích s uživateli a sociálními pracovníky doplnili o další praktické rady. Pro lepší orientaci v textu je rozdělena do třech hlavních kapitol. První se věnuje různým životním situacím, druhá mapuje dávky a příspěvky a ve třetí najdete užitečné kontakty a informace.

Ať je vám tato brožura dobrým pomocníkem v pravou chvíli.

Ing. Pavel Šotola

radní Pardubického kraje pro sociální péči a neziskový sektor



I Životní situace a vybraná témata

| | | |
|----|--|----|
| 1 | Narození dítěte..... | 10 |
| 2 | Narození dítěte se zdravotním postižením | 12 |
| 3 | Problémy v rodině a výchovné problémy..... | 17 |
| 4 | Ústavní výchova | 23 |
| 5 | Náhradní rodinná péče | 24 |
| 6 | Nedostatečné příjmy, dluhová situace | 26 |
| 7 | Obtížná bytová situace | 28 |
| 8 | Bezdomovectví | 30 |
| 9 | Domácí násilí..... | 31 |
| 10 | Nebezpečné pronásledování (stalking) | 35 |
| 11 | Trestná činnost..... | 37 |
| 12 | Propuštění z výkonu trestu | 46 |
| 13 | Závislosti..... | 48 |
| 14 | Nezaměstnanost a pracovněprávní problémy | 51 |
| 15 | Nemoc v průběhu života a zdravotní péče..... | 54 |
| 16 | Duševní onemocnění | 64 |
| 17 | Omezení svéprávnosti | 69 |
| 18 | Invalidita | 75 |
| 19 | Péče o osobu blízkou | 79 |
| 20 | Péče o umírajícího | 88 |
| 21 | Jsem cizincem a žiji v ČR..... | 93 |

II Dávky a příspěvky

| | | |
|---|--|-----|
| 1 | Dávky státní sociální podpory | 98 |
| 2 | Dávky pomoci v hmotné nouzi..... | 103 |
| 3 | Životní a existenční minimum..... | 105 |
| 4 | Příspěvek na péči | 106 |
| 5 | Dávky pro osoby se zdravotním postižením | 109 |
| 6 | Dávky nemocenského pojištění | 113 |
| 7 | Dávky důchodového pojištění..... | 121 |
| 8 | Dávky v nezaměstnanosti | 128 |

III Užitečné kontakty a informace

| | | |
|----|---|-----|
| 1 | Když nevíte kudy kam | 132 |
| 2 | Poradenské služby | 136 |
| 3 | Sociální služby v Pardubickém kraji | 145 |
| 4 | Zdravotnické služby v Pardubickém kraji | 185 |
| 5 | Úřad práce | 196 |
| 6 | Česká správa sociálního zabezpečení..... | 199 |
| 7 | Probační a mediační služba | 200 |
| 8 | Nadace | 200 |
| 9 | Okresní soudy v Pardubickém kraji | 200 |
| 10 | Mateřská a rodinná centra..... | 201 |
| 11 | Doprovázející organizace | 202 |

Životní situace a vybraná témata

| | | |
|----|--|----|
| 1 | Narození dítěte..... | 10 |
| 2 | Narození dítěte se zdravotním postižením | 12 |
| 3 | Problémy v rodině a výchovné problémy..... | 17 |
| 4 | Ústavní výchova | 23 |
| 5 | Náhradní rodinná péče | 24 |
| 6 | Nedostatečné příjmy, dluhová situace | 26 |
| 7 | Obtížná bytová situace | 28 |
| 8 | Bezdomovectví | 30 |
| 9 | Domácí násilí..... | 31 |
| 10 | Nebezpečné pronásledování (stalking) | 35 |
| 11 | Trestná činnost..... | 37 |
| 12 | Propuštění z výkonu trestu | 46 |
| 13 | Závislosti..... | 48 |
| 14 | Nezaměstnanost a pracovníprávní problémy | 51 |
| 15 | Nemoc v průběhu života a zdravotní péče..... | 54 |
| 16 | Duševní onemocnění..... | 64 |
| 17 | Omezení svéprávnosti | 69 |
| 18 | Invalidita | 75 |
| 19 | Péče o osobu blízkou | 79 |
| 20 | Péče o umírajícího | 88 |
| 21 | Jsem cizincem a žiji v ČR..... | 93 |

1 Narození dítěte

Narození potomka představuje významnou životní událost, na kterou se rodiče z převážné části těší a připravují. Je spojeno se spoustou administrativních záležitostí, které by se neměly odkládat na poslední chvíli.

Během těhotenství si matka vybere **porodnici** a zaregistruje se zde podle plánovaného termínu porodu. Ještě před ním či záhy po něm je vhodné zvolit **dětského lékaře – pediatra**. Jejich seznam lze dohledat na webových stránkách Národního registru poskytovatelů zdravotních služeb <https://nrpzs.uzis.cz/>.

Před porodem je možné požádat o **vyrovnávací příspěvek v těhotenství a mateřství** a o **peněžitou pomoc v ma-**

teřství. Po porodu pak o další dávky, jako je **rodičovský příspěvek, otcovská, porodné a přídavky na dítě** (viz kapitola *II Dávky a příspěvky – 1 Dávky státní sociální podpory*, str. 98 a *6 Dávky nemocenského pojištění*, str. 113).

Rodiče musí svému dítěti dát **jméno** a zajistit mu **rodný list**. Jméno je dobré vybrat ještě před porodem, aby se nezdržel zápis do **matriky**. Místně příslušná matrika je podle místa narození dítěte. Ta také vystaví rodný list dítěte – doklad, který potvrzuje jeho narození. Zároveň poskytne informace o tom, jak postupovat a případně co doložit.

Po porodu platí povinnost do 8 dnů nahlásit narození dítěte **zdravotní po-**

jišťovně. Konkrétní informace naleznete na webových stránkách zdravotní pojišťovny, ke které dítě přihlašujete.

Na obecním úřadu podle místa trvalého pobytu je třeba zaregistrovat dítě k **platbě za komunální odpad**. Konkrétní pravidla, kolik a do kdy se má úhrada provést, lze zjistit ve vyhlášce obce, v místě, kde je dítě přihlášené k pobytu nebo přímo konzultací s obcí.

► Narození vícерčat

Narození vícерčat je mnohonásobná radost i starost najednou. Rodiny s vícерčaty mohou v případě potřeby využít pomoc terénní **pečovatelské služby** či ambulantní služby.

Tyto sociální služby jsou určeny nejen osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, chronického onemocnění či zdravotního postižení, ale také **rodinám s dětmi**, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné osoby.

Rodinám, v nichž se současně narodily 3 a více dětí (rodiny s trojčaty, čtyřčaty apod.), lze nabídnout tuto službu zdarma, a to až do 4 let dítěte.

Volnočasové aktivity

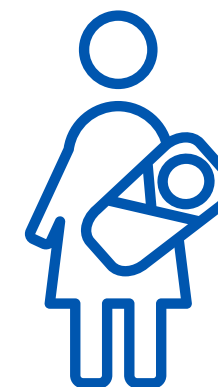
Kromě sociálně aktivizačních služeb (více na str. 22) lze využít široké nabídky **volnočasových aktivit** pro děti. Sport, hudba, divadlo, ale také třeba kroužky dobrovolných hasičů. Na to všechno a mnoho dalšího lákají organizace napříč Pardubickým krajem. Informovat se můžete v domech dětí a mládeže, základních uměleckých školách, mateřských a rodinných centrech, ale i ve spolicích ve vaší obci.

Mateřská a rodinná centra

Mateřské či rodinné centrum je místem, kde se zejména rodiče a další členové či přátelé rodiny s malými dětmi mohou neformálně scházet, společně tvořit, vyměňovat si zkušenosti, zúčastňovat se různých programů, případně se sami aktivně podílet na jejich vytváření.

Dětem poskytuje centrum možnost kontaktu a her s ostatními, za přítomnosti maminky či jiného člena rodiny. Rodiče zde mohou uplatnit své schopnosti, získávají nové zkušenosti, nápady a podněty a posilují své sebevědomí.

Mateřská a rodinná centra slouží jako prevence zdravého života fungující rodiny. Jsou otevřená a dostupná všem sociálním skupinám (viz kapitola *III Užitečné kontakty – 10 Mateřská a rodinná centra*, str. 201).



2 Narození dítěte se zdravotním postižením

Narození dítěte se zdravotním postižením představuje náročnou životní situaci pro každého rodiče.

Některé zdravotní postižení lze zjistit již před narozením nebo krátce po porodu, jiné se však projeví až postupem času. Aby byla šance zdravotní postižení včas odhalit, existuje v České republice systém povinných preventivních prohlídek, které provádí praktický lékař pro děti a dorost (pediatr).

Pediatra je vhodné dojednat už před narozením dítěte. K jeho první návštěvě by mělo dojít během prvních 3 dní od propuštění z porodnice, ideálně ve vašem domácím prostředí.

Pediatr může při zjištění odchylek ve vývoji odeslat dítě na další specializovanou vyšetření. Odchylek ve vývoji si ale nejčastěji mohou všimnout sami rodiče. Jestliže máte nějaké pochybnosti o zdraví dítěte, neváhejte a dětského lékaře navštivte či kontaktujte co nejdříve.

V případě, že bylo zdravotní postižení zjištěno, můžete využít různé **sociální služby a dávky** (viz kapitola *II Dávky a příspěvky*, str. 96 a kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 3 Sociální služby v Pk*, str. 145).

Screening poruchy autistického spektra v 18 měsících



Novinkou je možnost **screeningu poruchy autistického spektra (PAS)**, který je součástí preventivní lékařské prohlídky v 18 měsících věku dítěte.

Poruchy autistického spektra patří k nejzávažnějším poruchám dětského mentálního vývoje. Projevují se narušením sociální interakce, verbální i neverbální komunikace a představitivosti. Zejména v raném dětství a předškolním věku mohou být méně nápadné a mohly by tak být přehlédnuty. Včasná diagnostika je přitom pro budoucí fungování dítěte velmi důležitá.

Ke screeningu se používá dotazník M-CHAT-R, který obsahuje otázky na typické projevy PAS. Jeho cílem je včasné zachycení příznaků, které by mohly k diagnóze PAS vést. Dotazník vyplňují rodiče. Obdržíte ho u pediatra vašeho dítěte.

Pokud získá dítě vyšší skóre, neznamená to automaticky diagnózu PAS. Lékař vás ihned odešle na další diagnostické vyšetření nebo využije ještě specializovanější test M-CHAT-R/F. V něm se podrobněji rozeberou položky,

v nichž dítě vykazovalo známky rizika PAS. Ani dítěti, které dosáhlo vyššího rizika PAS v podrobnějším dotazníku, nemusí být nakonec PAS diagnostikována.

Ministerstvo zdravotnictví vytvořilo **průkaz pro osoby s poruchou autistického spektra**. Ten slouží k prokázání diagnózy a sdělení základních informací o způsobu komunikace s osobou, která má poruchu komunikace a orientace. Pomocť může hlavně v běžných krizových a zátěžových situacích. Průkaz je z ministerstva zdravotnictví, krajských úřadů a zdravotních pojišťoven distribuován lékařům. Samotným osobám s PAS je předáván přes nestátní neziskové organizace. Obsahuje mimo jiné i QR kód odkazující na komunikační soubor (www.mzcr.cz).

Více informací najdete také na webu:

http://www.mzcr.cz/Odbornik/obsah/komunikacni-soubor-pas_3707_3.html.

Tabulka povinných preventivních prohlídek u pediatra

| Věk | Obsah vyšetření |
|-----------|---|
| 14 dní | Kontrola zdravotního stavu dítěte, předepsání vitamínu D |
| 1. týden | Kontrola zdravého vývoje miminka, ultrazvukové vyšetření – kontrola kyčlí |
| 3. měsíc | Kontrola zdravého vývoje miminka, očkování |
| 6. měsíc | Kontrola zdravého vývoje miminka, očkování |
| 8. měsíc | Kontrola zdravého vývoje miminka, sluchu, prořezávání zoubků, pohybových schopností |
| 10. měsíc | Kontrola zdravého vývoje miminka |
| 1 rok | Kontrola zdravého vývoje, zdravotního stavu miminka, vývoje řeči a chůze, očkování |
| 18. měsíc | Kontrola zdravého vývoje, uzavření fontanely, screening poruchy autistického spektra |
| 3 roky | Vyšetření smyslu, posouzení vývoje řeči a možnosti zařazení dítěte do kolektivu |
| 5 let | Posouzení školní zralosti, v případě potřeby konzultace s dalšími odborníky, očkování |
| 7 let | Kontrola zdravého vývoje dítěte |
| 9 let | Kontrola zdravého vývoje dítěte |
| 11 let | Kontrola zdravého vývoje dítěte, očkování |
| 13 let | Kontrola zdravého vývoje dítěte |

Vybrané sociální služby pro dítě s postižením



Poradny pro osoby se zdravotním postižením se věnují bezplatně sociálnímu poradenství, zajišťují informace o nejrůznějších pomůckách, dávkách, ale i pracovněprávních otázkách.

Raná péče je terénní sociální služba určená rodinám s dětmi se zdravotním postižením nebo těm, jejichž vývoj je ohrožen v důsledku nepříznivého zdravotního stavu. Službu lze využít bezplatně od narození do 7 let dítěte. V některých případech může jít také o ambulantní formu. Jejím cílem je pomoc rodině a podpora vývoje dítěte s ohledem na jeho specifické potřeby.

Osobní asistence je terénní sociální služba a zaměřuje se na ty, co potřebují pomoc jiné osoby, protože je snížena jejich soběstačnost vzhledem k věku, chronickému onemocnění nebo zdravotnímu postižení. Je poskytována za úhradu, podle potřeb a bez časového omezení, v přirozeném prostředí člověka. Pomůže s péčí o sebe, o domácnost a při pochůzkách.

Pečovatelská služba je terénní nebo ambulantní služba poskytovaná za úhradu. Slouží těm, co potřebují pomoc jiné osoby, protože je snížena jejich soběstačnost vzhledem k věku, chronickému onemocnění nebo zdravotnímu postižení. A to včetně **rodin s dětmi**. Lze ji využívat ve vymezeném čase v domácnostech a v zařízeních sociálních služeb.

Odlehčovací služby jsou terénní, ambulantní nebo pobytové služby pro osoby se sníženou soběstačností z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení, o které je jinak pečováno v jejich přirozeném sociálním prostředí. Cílem je umožnit pečující fyzické osobě nezbytný odpočinek.

Kontakty na jednotlivé služby naleznete v kapitole **III Užitečné kontakty – 3 Sociální služby v Pk**, str. 145.

► Vzdělávání dětí se zdravotním postižením

Děti, žáci i studenti se **speciálními vzdělávacími potřebami** mají právo na vzdělávání na rovnoprávném základě s ostatními. Obsah, formu a metody jejich vzdělávání doporučí školské poradenské zařízení v rámci podpůrných opatření tak, aby odpovídaly jejich vzdělávacím možnostem a individuálním potřebám.

Jde zejména o úpravu organizace vzdělávání, využití speciálních postupů, a forem, vč. zabezpečení výuky předmětů speciálně pedagogické péče a doporučení kompenzačních a rehabilitačních pomůcek, ale také speciálních učebnic, didaktických materiálů nebo zajištění služeb asistenta pedagoga či snížení počtu žáků ve třídě.

Škola tato opatření poskytuje na základě doporučení **školských poradenských zařízení**. Těmi jsou pedagogicko-psychologické poradny a speciálně pedagogická centra (viz kapitola **III Užitečné kontakty – 2 Poradenské služby**, str. 136). V těchto zařízeních jsou zjišťovány speciální vzdělávací potřeby žáků. Školy běžného typu či speciální následně úzce spolupracují se školskými poradenskými zařízeními na vytváření vhodných podmínek, prů-

běhu a výsledku vzdělávání těchto žáků. **Důležitým faktorem ovlivňujícím vzdělávání dětí se zdravotním postižením je druh a stupeň postižení žáka.**

Jestliže se jedná o **lehčí postižení**, je možno žáka zařadit do běžné třídy spádové (kmenové) nebo vytipované základní školy, případně se upraví podmínky tak, aby mohl běžnou třídu základní školy navštěvovat, např. se sníží počet žáků ve třídě, využije se pomoci osobního asistenta, dojde k úpravě školského prostředí ve smyslu bezbariérovosti apod. (tzv. inkluzivní vzdělávání). Pokud školské poradenské zařízení vyhodnotí, že přijatá podpůrná opatření nestačí k naplňování vzdělávacích možností žáka, může se dítě vzdělávat ve škole nebo třídě zřízené primárně pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami. Zejména u závažnějších forem postižení, kdy žák potřebuje intenzivní péči týmu odborníků, vybavení nejrůznějšími pomůckami (rehabilitační, kompenzační, učební), jsou využívána **speciální zařízení a speciální školy**. V Pardubickém kraji je optimální síť 15 speciálních škol, z nichž 12 škol zřizuje. Více informací lze najít také na **Školském portálu Pardubického kraje**: <https://www.klickevzdelani.cz/>.

Významným dokumentem pro zajištění speciálních individuálních potřeb žáka se speciálními vzdělávacími potřebami je individuální vzdělávací plán, který vychází ze školního vzdělávacího plánu a obsahuje mj. údaje o skladbě druhů a stupňů poskytovaných podpůrných opatření.

Osobní asistence je placená sociální služba pomáhající osobám, které

z důvodu zdravotního postižení, věku nebo nemoci potřebují pomoc v běžných činnostech života. Osobní asistent pomáhá klientovi v oblastech, ve kterých potřebuje pomoc druhé osoby, jež zahrnují hygienu, sebeobsluhu, chod domácnosti, kontakt se sociálním prostředím a veškerou pomoc při prosazování zájmů a práv daného člověka.



Jaký je rozdíl mezi asistentem pedagoga a osobním asistentem ve školství?

Asistent pedagoga je jedním z podpůrných opatření pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami dle vyhlášky 72/2005 Sb. Asistent pedagoga může působit ve škole, školní družině či v jiných školských zařízeních a jeho úkolem je spolupracovat s učitelem při výchovné a vzdělávací činnosti u žáků se speciálními vzdělávacími potřebami, podporovat komunikaci mezi učiteli a žáky i mezi učiteli a zákonnými zástupci, u žáků se zdravotním postižením pomáhat při sebeobsluze. Asistent pedagoga je pedagogický pracovník, jehož funkce je hrazena z přímých výdajů na vzdělávání z rozpočtu konkrétní školy. O vzniku této pozice rozhoduje ředitel školy na základě doporučení školského poradenského zařízení.

Osobní asistent je pracovníkem sociální služby pomáhající žákům, kteří z důvodu svého zdravotního postižení nebo nemoci potřebují pomoc v běžných činnostech během vyučování. Poskytování osobní asistence vychází primárně z potřeb a přání klienta, který se také podílí na úhradě nákladů na tuto službu.

3 Problémy v rodině a výchovné problémy

V případě **výchovných a rodinných problémů** se můžete obrátit na pracovníky sociálněprávní ochrany dětí (SPOD), kteří sídlí na městských úřadech či magistrátu (viz kapitola **III Užitečné kontakty – 1 Když nevíte kudy kam**, str. 132). Orgán **sociálněprávní ochrany dětí (OSPOD)** spravuje agendu terénní sociální péče, náhradní rodinné péče a agendu péče o ohrožené děti (děti týrané, zneužívané, zanedbávané a děti s výchovnými problémy). Jeho cílem je hájit nejlepší zájem dítěte.

Pokud víte o někom, kdo ve vašem okolí **nezvládá péči o nezletilé dítě, nebo jste se ocitli sami v situaci, kdy nedokážete dostatečně zabezpečit péči o vaše dítě**, můžete se obrátit i anonymně o pomoc na pracovníka SPOD, využít služeb neziskových organizací, školy, lékařů či různých poradenských zařízení (viz kapitola **III Užitečné kontakty – 2 Poradenské služby**, str. 136).

► Rodičovské kompetence

Rodičovské kompetence představují dovednosti a schopnosti rodiče či rodičů, které umožní dítěti vyvíjet se přiměřeně jeho potřebám, a to ve všech oblastech jeho života. Rodiče by měli zvládat zejména:

- mít pozitivní vztah k dítěti, vytvářet stabilní rodinné prostředí;
- zajistit dítěti bezpečí, výchovu a vedení (hranice);
- zajistit dítěti výživu, oblečení a hygienu;
- pečovat o domácnost;
- pečovat o psychickou a fyzickou pohodu dítěte, rozvíjet ho, zajišťovat mu vzdělávání a jeho rozvoj mimo rodinu.

► Rozvod manželů, rozchod partnerů

Přestáváte být manželi, partnery, ale **zůstáváte rodiči. Rozpadá se váš vztah, ve kterém se vám narodily děti a ty jsou ještě nezletilé? Pokud ano, bude potřeba upravit poměry dětí a vás, obou rodičů.**

Tento proces pro vás všechny bude složitý a mnohdy i emočně náročný, a to i pro vaše děti. Ty mají právo na přiměřené množství informací o situaci, která se stala u vás doma. Zodpovědnost je na vás obou. **Děti rozvod rodičů zvládnou, když ho zvládnou rodiče. To, co děti při rozvodu nejvíce zatěžuje, je nejistota.** Potřebují vědět, co se děje, dostávat upřímné odpovědi a ujišťování. Není třeba se sdělení bát a není dobré ho odkládat, protože děti

jsou ve většině případů o mnoho vnímavější, než si myslíme. Rozhovor s nimi by měl proběhnout za přítomnosti vás obou s cílem co nejjasněji a bez emocí jim vysvětlit, že za tuto situaci nemohou, že rozvod či rozchod je rozhodnutí vás, dospělých a jako rodiče tu budete pro ně i nadále.

U větších dětí je dobré jim dát možnost vyjádřit se k úpravě výchovy a výživy. Budou k tomu vyzvány i pracovníkem OSPOD (orgán sociálněprávní ochrany dětí).

Vždy je upřednostňována vzájemná dohoda mezi rodiči. Soud pak schvaluje

dohodu rodičů o poměrech dítěte po jejich rozchodu. Pokud se dohoda nedaří, je možné požádat OSPOD, Poradnu pro rodinu Pardubického kraje, mediátora či jiné poradenské zařízení o pomoc při nastavování pravidel péče o dítě po vašem rozchodu (viz kapitola *III Užitečné kontakty – 2 Poradenské služby*, str. 136).

V Pardubickém kraji je na pracovištích OSPOD upřednostňován tzv. model multidisciplinární spolupráce či model s prvky Cochemské praxe.



Cochemská praxe

Jde o jednotný postup soudu, orgánů sociálněprávní ochrany dětí a odborníků na rodinné problémy, který vede k co nejkratšímu soudnímu procesu, a tím i k co nerychlejšímu a klidnému vyřešení celé situace v zájmu nezletilého dítěte.

Po podání návrhu jedním z rodičů se všechna další jednání uskutečňují již dohromady. Pracovníci OSPOD, poradenských zařízení a soud vždy vyzývají rodiče k společnému jednání a hledání přijatelného řešení pro dítě i oba rodiče. Neřeší se minulost, ale plánuje se budoucnost. Rodiče jsou vedeni k sestavení tzv. rodičovského plánu. Pokud se plán podaří sestavit, je o tom soud informován a při jednání dojde ke schválení dohody o poměrech dítěte. Jestliže se dohoda nedaří, jsou rodiče odesláni do poradenského zařízení, kde s nimi pracuje krátce a intenzivně rodinný terapeut, psycholog. Cílem je opět dohoda. Pokud se i přes toto vše nepodaří rodiče přimět k zodpovědnému rozhodnutí vůči vlastním dětem, rozhoduje soud z pozice své moci.

► Vyživovací povinnost rodičů vůči dětem

Rodiče mají k dítěti vyživovací povinnost do doby, než je schopno se samo živit. Automaticky tedy nezaniká dosažením zletilosti. Rodiče by se na výživném měli podílet každý podle svých možností, schopností a majetkových poměrů.

Výživné na dítě může být stanoveno:

- vzájemnou dohodou mezi rodiči, která pak nemusí být schválena soudem;
- soudem schválenou dohodou rodičů;
- rozhodnutím soudu o výši výživného.

Soud postupuje stejným způsobem, žijí-li rodiče spolu, avšak jeden z nich neplní dobrovolně své povinnosti k nezletilému dítěti.

► Neplnění vyživovací povinnosti

Pokud jeden z rodičů neplní dobrovolně vyživovací povinnost stanovenou rozsudkem soudu, má druhý rodič možnost požádat příslušný okresní soud o výkon rozhodnutí (exekuce)

pro neplnění vyživovací povinnosti k nezletilému dítěti.

Návrh je možné podat:

- ústně přímo u soudu při jednání s pracovníkem soudu;
- písemně na podatelnu soudu;
- zasláním návrhu poštou či datovou schránkou (pokud ji máte zřízenou, a to včetně ověřeného elektronického podpisu).

Soud může povinnému rodiči nařídíť exekuční hrazení výživného (strháváním z platu, exekucí na účet nebo na majetek). Seznam soudů naleznete v kapitole *III Užitečné kontakty – 9 Okresní soudy v Pardubickém kraji*, str. 200.

Při dlouhodobém neplacení výživného povinným rodičem se rodič, který je oprávněn výživné za dítě přijímat, může obrátit na Policii České republiky nebo státní zastupitelství a podat oznámení pro neplnění vyživovací povinnosti k nezletilému dítěti druhým rodičem. Ten se neplacením výživného může dopustit trestného činu zanedbání povinné výživy.

► Problémy ve škole

Za „zlobením“ dítěte může být řada věcí, například změna třídního kolektivu, vyučujících, přechod do jiné školy,

nezvládnání učiva, vliv kamarádů, rodinná situace (například rozvod, problémy v kontaktu s jedním z rodičů, narození sourozence), ale také třeba šikana či počáteční fáze zneužívání návykových látek.

V případě, že řešíte problémy ve škole, domluvte si osobní schůzku s třídním učitelem a zjistěte, co se děje z pohledu školy. Zde máte možnost vše konzultovat s výchovným poradcem, školním metodikem prevence a školním psychologem. Na ně se můžete obrátit jak vy, tak i dítě.

K dispozici je vám také Středisko výchovné péče ve vašem okolí či další poradenské zařízení, například pedagogicko-psychologická poradna či poradna pro rodinu nebo soukromý psycholog (viz kapitola *III Užitečné kontakty* – *2 Poradenské služby*, str. 136).

► Problémy spojené se závislostmi

V případě, že máte podezření na zneužívání omamných látek dítětem, gamblerství, závislost na mobilu či jiném elektronickém zařízení, můžete se obrátit na psychologa ve škole, psychologa pedagogicko-psychologické poradny, poradny pro rodinu, soukromého psychologa nebo zavolat na kri-

zovou telefonní linku. Případně kontaktujte přímo na zařízení, která se na tuto problematiku specializují. V Pardubickém kraji jde například o Laxus (viz kapitola *III Užitečné kontakty* – *3 Sociální služby v Pk – Kontaktní centra*, str. 167). Spojit se můžete i s pracovníky SPOD (viz kapitola *III Užitečné kontakty* – *1 Když nevíte kudy kam*, str. 132).

► Problémy spojené s protiprávním jednáním dítěte

Pokud řešíte situaci, kdy se vaše dítě dopustilo protiprávního jednání (přestupku či trestného činu), bude vás kontaktovat pracovník SPOD, a to konkrétně **kurátor pro děti a mládež**. Ten bude hovořit jak s dítětem, tak i s vámi. Může jít o dlouhodobou či jednorázovou záležitost ukončenou výchovným pohovorem. V závažnějších věcech kurátor „provází“ nezletilého procesem trestního i soudního řízení. Nabídne vám i dítěti možnost konzultací s ním, spolupráci s dalšími odborníky a v krajním případě může podat k soudu návrh na udělení výchovného opatření (to může být napomenutí, soudní dohled, ale i nařízení ústavní výchovy).

Kdo je kdo



Výchovný poradce ve škole se zaměřuje na kariérové poradenství, poradenství a péči o žáky se speciálními vzdělávacími potřebami, ale i o nadané či neprospívající žáky. Řeší rovněž potíže spojené se školní docházkou a jiné problémové situace ve škole.

Školní metodik prevence zajišťuje metodickou, koordinační a poradenskou činnost s ohledem na prevenci rizikového chování, jako jsou například šikana, užívání návykových a psychotropních látek, záškoláctví, agresivita, rizikové sexuální chování, možnost školního neúspěchu a podobně. Úzce spolupracuje s třídními učiteli a podporuje bezpečné a zdravé klima ve třídě a ve škole. Vyhodnocuje varovné signály spojené s možností výskytu rizikového chování.

Školní psycholog nabízí žákům a učitelům krizovou intervenci, zabývá se školní úspěšností či neúspěšností žáka, poskytuje poradenství učitelům v oblasti práce s nadanými žáky, žáky se speciálními potřebami či žáky s výchovnými problémy. Pracuje také s třídními kolektivy, kde mapuje sociální klima ve třídě.

Kurátor pro děti a mládež se zaměřuje zejména na děti a mladistvé, které zanedbávají povinnou školní docházku, požívají alkohol nebo návykové látky, jsou ohroženi závislostí, žijí se prostitutí, páchají trestnou nebo přestupkovou činností, opakovaně se dopouštějí útěků od rodičů nebo jiných osob odpovědných za výchovu, nevhodně se chovají v rodině či ve škole (šikana, agresivita a podobně). Kurátor pomáhá rodičům a dětem a zprostředkovává kontakty na různá odborná pracoviště. Sleduje různé nepříznivé vlivy dopadající na děti, zjišťuje příčiny jejich vzniku a činí opatření, která omezují působení negativních vlivů na ně. Najdete ho na obecním úřadě obce s rozšířenou působností.

Jako poslední možné řešení, kdy dojde k vyčerpání všech podpůrných možností a rodina nadále nezvládá a selhává v péči o dítě, se uplatňuje **změna výchovného prostředí dítěte, a to:**

- ▶ předání dítěte do péče druhého rodiče či jiného člena širší rodiny;
- ▶ svěření dítěte do pěstounské péče;

▶ nařízení ústavní výchovy (kapitola 4 *Ústavní výchova*).

Takto výrazný zásah do rodiny je možný jen na základě rozhodnutí příslušného soudu.



Sociální služby pro rodiny s dětmi

Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež nabízí ambulantní, popřípadě terénní služby dětem a mladým lidem od 6 do 26 let, kteří jsou ohroženi společensky nežádoucími jevy. Cílem je zlepšit kvalitu jejich života předcházením nebo snížením sociálních a zdravotních rizik souvisejících se způsobem jejich života, umožnit jim lépe se orientovat v jejich sociálním prostředí a vytvářet podmínky k řešení jejich nepříznivé sociální situace. Služba může být poskytována anonymně.

Azylové domy zajišťují bydlení na přechodnou dobu a podporu sociálních pracovníků osobám při řešení nepříznivé sociální situace spojené se ztrátou bydlení.

Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi (SAS) jsou terénní a případně ambulantní služby poskytované rodině s dítětem, u které je vývoj dítěte ohrožen v důsledku dlouhodobé krizové sociální situace v rodině. Služba pracuje s celou rodinou a společně hledají možnosti pomoci v širší rodině nebo v jejím okolí. Rodina je aktivně zapojena do hledání pomoci a je motivována ke zlepšení své nepříznivé situace.

Kontakty na jednotlivé služby najdete v kapitole *III Užitečné kontakty a informace – 3 Sociální služby v Pk*, str. 145.

4 Ústavní výchova

Je jednou z forem péče o dítě. Soud ji může nařídit, a to i bez návrhu, jsou-li výchova dítěte nebo jeho tělesný, rozumový či duševní stav, případně jeho řádný vývoj vážně ohroženy nebo narušeny do té míry, že je to v rozporu se zájmem dítěte, eventuálně jsou-li tu vážné důvody, pro které rodiče dítěte nemohou jeho výchovu zabezpečit. Jedná se o krajní opatření, soud vždy musí zvážit, zda není na místě dát přednost svěření dítěte do péče fyzické osoby.

Po rozhodnutí soudu o nařízení ústavní výchovy obecní úřad obce s rozšířenou působností (ORP) sjedná dobu a místo přijetí dítěte do příslušného zařízení pro výkon ústavní výchovy, které je označeno v rozhodnutí soudu. V praxi to funguje tak, že zařízení, kam je dítě umístěno, je již před soudním jednáním o nařízení ústavní výchovy vybráno a domluveno.

▶ Typy zařízení

Diagnostický ústav – děti jsou do tohoto zařízení umísťovány na základě rozhodnutí soudu. Pobyt je zde možný pouze na 8 týdnů. V té době probíhá komplexní diagnostika dítěte.

Dětský domov – v tomto zařízení vyrůstají děti od 3 do 18 let, které nemohou z různých důvodů zůstat ve své biologické rodině.

Dětský domov se školou – zde žijí děti od 6 do 18 let se závažnějšími poruchami chování.

Výchovný ústav – je určen pro děti starší 15 let, které mají závažné problémy chování, například vzhledem k užívání návykových látek, kriminalitě, záškoláctví, předčasnému sexuálnímu životu a podobně.

▶ Ukončení ústavní výchovy

Mladí lidé mnohdy žijí v některém z uvedených zařízení až do své zletlosti nebo do ukončení školní docházky. Poté, co opouštějí dětské domovy a výchovné ústavy, se ocitají v situaci, která je pro ně často velmi náročná, z tohoto důvodu je nezbytná pomoc zvenčí. V porovnání se svými vrstevníky, kteří žijí v rodině, jsou mnohem méně zralí a více zranitelní, protože se často nemají kam vrátit.

Jednou ze sociálních služeb, která jim může pomoci znovu začít a ukázat správný směr, jsou **domy na půl cesty** (DPC). Ty nabízí bydlení a podporu mladým lidem do 26 let, kteří po do-

5 Náhradní rodinná péče

sažení zletilosti opouštějí ústavní zařízení, případně těm, co jsou propuštěni z výkonu trestu nebo ochranné léčby. V domě na půl cesty mohou zůstat zpravidla 1 rok (viz kapitola *III Užitečné kontakty – 3 Sociální služby v Pk – Domy na půl cesty*, str. 167).

K dosažení samostatnosti osob opouštějících ústavní výchovu přispívá i služba **sociální rehabilitace** (viz kapitola *III Užitečné kontakty – 3 Sociální služby v Pk – Sociální rehabilitace*, str. 182). Ta pomáhá mladým lidem **rozvíjet se tak, aby mohli žít plnohodnotný život**.

Náhradní rodinná péče (NRP) je přechodná či dlouhodobá rodinná péče pro děti, které nemohou z různých závažných důvodů vyrůstat ve vlastní biologické rodině.

Jedná se o 3 základní formy:

- ▶ Osvojení;
- ▶ Pěstounská péče;
- ▶ Pěstounská péče na přechodnou dobu.

Osvojení usiluje o vytvoření trvalého domova pro přijaté dítě. Základem je vznik přirozeného vztahu, jaký je mezi rodiči a dětmi. Osvojením zanikají veškeré vazby dítěte na biologickou rodinu a rodí se nové na adoptivní rodinu.

Pěstounská péče má zajistit péči o děti, které nemohou pobývat ve své biologické rodině, ale mohou s ní udržovat kontakt. Biologický rodič je stále zástupcem dítěte a má právo ho vidat a rozhodovat v jeho zájmu. Je zde předpoklad, že pokud se podmínky v biologické rodině upraví, dítě se může vrátit zpět do péče rodičů.

Pěstounská péče na přechodnou dobu, někdy označována jako profesionální pěstounská péče, je státem podporovaná forma péče o děti po

nezbytně dlouhý čas, nejvýše po dobu 1 roku. Jedná se o dočasnou péči. Děti poté odcházejí zpět do biologické rodiny, dlouhodobé pěstounské péče, případně přichází do úvahy varianta osvojení nebo ústavní péče.

Pěstounům pomáhají tzv. **doprovázející organizace** (resp. organizace pověřené k uzavírání dohod o výkonu pěstounské péče), které podporují pěstouny při navázání kontaktu dítěte s jeho biologickou rodinou, zprostředkovávají odbornou pomoc, zajišťují vzdělávání pěstounů aj. (viz kapitola *III Užitečné kontakty – 11 Doprovázející organizace*, str. 202).

▶ Jak se stát osvojitelem či pěstounem

První krok je třeba učinit na obecním úřadu obce s rozšířenou působností v místě bydliště, kde je nutné vyplnit žádost a další potřebné dokumenty, které zde obdržíte. Zároveň je vám tu vysvětlen další postup, na co se máte připravit. Vyplněná žádost je postoupena na krajský úřad, který provede odborné posouzení vaší žádosti a přípravu zájemce o danou formu náhradní rodinné péče. Následně jste zařazeni

do evidence osob vhodných stát se osvojiteli, pěstouny nebo pěstouny na přechodnou dobu. Z ní můžete být vybráni jako vhodní náhradní rodiče pro dítě, které potřebuje pomoc. Proces odborného posuzování je u všech forem až na drobné odchylky stejný.

Další informace najdete na:

www.mpsv.cz

www.krajprorodinu.cz



6 Nedostatečné příjmy, dluhová situace

Pokud se ocitnete ve **finanční nouzi** či **dluzích**, je vhodné, abyste se obrátili na **sociálního pracovníka obce** (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 1 Když nevíte kudy kam*, str. 132), občanskou poradnu či jinou sociální službu ve vašem okolí.

Situace nedostatečných příjmů nastává ve chvíli, kdy jsou příjmy člověka či rodiny nižší než výdaje. Na straně příjmů to může být způsobeno nezaměstnaností, „špatně“ placenou prací, dlouhodobou nemocí. Na druhé straně jsou příčinou vysoké výdaje, a to buď za základní potřeby (bydlení, potraviny apod.) nebo za věci, které jste se rozhodli si pořídit (vybavení domácnosti, dovolená, dárky na Vánoce apod.). Řešením situace je zjednodušeně zvýšení příjmů a/nebo snížení výdajů. Zvýšení příjmů je nejčastěji spojeno se zaměstnáním. V této oblasti vám poskytne podporu **Úřad práce ČR** (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 5 Úřad práce*, str. 196), případně různé personální agentury a zprostředkovatelé práce. Na krytí nákladů spojených se zajištěním základních potřeb (viz výše) lze žádat o dávky státní sociální podpory a dávky pomoci v hmotné nouzi (viz kapitola *II Dávky a příspěvky*, str. 96).

V praxi však může být nalezení konkrétních možností řešení obtížné. Pokud si nevíte rady a máte třeba dluhy, je vhodné, abyste se obrátili na **sociálního pracovníka obce** (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 1 Když nevíte kudy kam*, str. 132), který vám pomůže se základní orientací, se sestavením rodinného rozpočtu a může vás odkázat na **sociální služby zabývající se dluhovou problematikou**.

Pokud příjmy dlouhodobě nedosahují výdajů, mnoho lidí se uchyluje k půjčování si peněz. Toto řešení se však v budoucnu nemusí vyplatit, neboť splácení dluhů zvyšuje již tak vysoké výdaje, na jejichž úhradu člověk nebo rodina nemá prostředky. Někdy se můžete pokusit řešit věc další půjčkou, čímž se kruh uzavírá a vy se ocitáte v **dluhové pasti**. Do ní se můžete dostat velmi snadno. Často stačí i nezaplacení složenky, neuhrazení pokuty, neotevření dopisů, které chodí z institucí, vůči nimž máte závazky a podobně. Dalším nástrojem pro řešení této situace je takzvané **oddlužení**, které má své jasné dané podmínky a povinnosti.

► Oddlužení

Návrh na oddlužení může podat advokát, notář, soudní exekutor či insolvenční správce, kterým za podání návrhu náleží odměna stanovená zákonem a činí 4 000 Kč bez DPH u jednotlivce, 6 000 Kč bez DPH u společného oddlužení manželů. **Někteří poskytovatelé sociálních služeb mají zároveň udělenou akreditaci k podání návrhu na insolvenční (oddlužení), přičemž si podle zákona nemohou účtovat odměnu.**

Adresy sociálních služeb poskytujících zdarma dluhové poradenství najdete v kapitole *III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby*, str. 136.

7 Obtížná bytová situace

Ocitnete-li se v situaci, kdy se z různých důvodů nacházíte v nevyhovujícím bydlení, např. žijete v bariérovém bytě a je pro vás z důvodu zhoršeného zdravotního stavu obtížné se dostat ven nebo žijete v azylovém domě, na ubytovně s malými dětmi, je vhodné se obrátit na **sociálního pracovníka obce** (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 1 Když nevíte kudy kam*, str. 132). Společně se sociálním pracovníkem zvážíte možnosti a pomůže vám s hledáním vhodného bydlení.

Byt zvláštního určení je byt zvlášť stavebně upravený pro ubytování osob se zdravotním postižením, a to pohybově (zejména imobilních osob na invalidním vozíku) nebo osob postižených zrakově či sluchově. Byty jsou zpravidla ve vlastnictví obce a většinou se nachází v tzv. domech s pečovatelskou službou, kde je možnost využívat služeb pečovatelské služby. Každá obec si u těchto bytů stanoví kritéria, podle nichž byty přiděluje. Občané si o byt žádají sami u samosprávy dané obce. K uzavření nájemní smlouvy na byt zvláštního určení, který byl postaven ze státních prostředků, je potřeba podle § 3075 občanského zákoníku doporučení obecního úřadu obce s rozšířenou působností. Nájem z těchto bytů lze ze strany pronajímatele vy-

povědět jen s předchozím souhlasem obecního úřadu obce s rozšířenou působností.

Prostupné bydlení je systém **bydlení**, který je provázán se sociálními službami. Člověk tímto systémem „postupuje“ podle svých schopností. Příkladem **prostupného bydlení** může být situace osoby, která využívala služeb nízkoprahového denního centra a noclehárny. Je motivovaná, má snahu svou situaci změnit, nechce trvale využívat nízkoprahových služeb, a tak „postupuje“ například do azylového domu, kde se dále zdokonaluje ve svých schopnostech. Zároveň je finančně zabezpečena, protože pracuje. Pokud zvládne udržet si zaměstnání, řádně hradí náklady za ubytování a své základní potřeby, „postupuje“ ze systému sociálních služeb do dalších úrovní, například do **sociálního bytu**, ubytovacího zařízení nebo přímo do standardní formy bydlení. Poté je plně začleněna do společnosti. Tyto postupy v rámci různých úrovní bydlení lze nazvat systémem **prostupného bydlení**. V praxi dochází k tomu, že osoby tímto systémem procházejí oběma směry.

Sociální byt je standardní zkolaudovaný byt nacházející se (zpravidla) mimo sociálně vyloučené lokality, který je přidělován na základě posou-

zení bytové nouze. Bydlení v těchto bytech je umožněno zpravidla za specifických smluvních podmínek nájmu a většinou nabízí bydlení za nájem nižší, než je v daném místě obvyklé. Poskytování bydlení v sociálním bytě je doprovázeno sociální prací, přičemž její míra závisí na potřebách a výsledku sociálního šetření dané domácnosti, její intenzita a frekvence je určována vždy individuálně s ohledem na konkrétní situaci v domácnosti a posouzení sociální, zdravotní či ekonomické situace jejich členů.

Sociální bydlení je určeno především pro **osoby bez domova**, tedy pro osoby:

- ▶ bez střechy (osoby přežívající venku nebo v noclehárně);
- ▶ bez domova (osoby bydlící v ubytovnách nebo institucích, např. sociálních ubytovnách, azylových domech, věznicích, zdravotnických zařízeních, zařízeních pro děti nebo podporovaném bydlení);
- ▶ v nejistém bydlení (lidé žijící v přechodném bydlení u rodiny nebo přátel, bydlení bez právního nároku, osoby ohrožené vystěhováním nebo osoby ohrožené násilím);

▶ v nevyhovujícím bydlení (osoby žijící v provizorních nebo neobvyklých obydlích, v neobyvatelném bydlení nebo přelidněných bytech).

Sociální bydlení je určeno také pro osoby, které, třebaže pobírají sociální dávky na podporu bydlení (příspěvek na bydlení a doplatek na bydlení), **vynakládají na bydlení významnou část svých příjmů** (více než 40 % disponibilních příjmů) a nejsou schopny tuto svoji obtížnou situaci řešit samy na trhu s bydlením (přestěhováním do levnějšího vhodného bydlení, prodejem vlastního bydlení a koupí nebo pronájmem vhodného bydlení).

8 Bezdomovectví

Za osobu bez domova se pokládá ten, kdo nemá vlastní domov a ani možnost využívat dlouhodobě nějakého přístřeší. Žije tedy na ulici nebo v přírodě svým způsobem života.

Lidé bez přístřeší se mohou obrátit na sociálního pracovníka obce nebo využít **sociální služby**, které pomohou řešit jejich obtížnou situaci a zajistí jim základní potřeby (jídlo, hygienu, oblečení, nocleh).

Terénní programy jsou služby určené těm, co vedou rizikový způsob života nebo jsou jím ohroženi. Často jde o osoby užívající návykové nebo omamné psychotropní látky, lidi bez přístřeší, osoby žijící v sociálně vyloučených komunitách a další skupiny osob. Služba za nimi dochází do míst, kde se zdržují, vyhledává je a nabízí pomoc a podporu a snaží se o snižování rizik jejich způsobu života. Je poskytována anonymně a bezplatně.

Nízkoprahová denní centra nabízí služby pro osoby bez přístřeší. V těchto denních centrech mají možnost se během dne umýt, vyměnit či vyprat oblečení, najíst, popřípadě je jim za malý poplatek strava zajištěna. Pracovníci jim poradí a pomohou jim při obstarávání osobních záležitostí.

Noclehárny poskytují osobám bez přístřeší možnost přenocování za poplatek. Zároveň se zde mohou umýt, vyměnit si prádlo a najíst se. Jsou k dispozici ve vymezeném čase, tj. od večera do rána.

Azylové domy umožňují ubytování na přechodnou dobu osobám, které přišly o bydlení a jsou ve složité životní situaci. Pracovníci služby jim pomohou s hledáním bydlení, zaměstnání, s vyřizováním osobních a úředních záležitostí.

Základními službami pro osoby bez domova jsou **terénní programy, nízkoprahová denní centra a noclehárny**. Osoby bez přístřeší, které jsou motivovány ke změně svého života, mohou využívat služby s **vyšším prahem** (dodržování nastavených pravidel), např. azylový dům.

Kontakty na jednotlivé služby naleznete v kapitole **III Užitečné kontakty – 3 Sociální služby v Pk**, str. 145.



9 Domácí násilí

Domácí násilí je fyzické, psychické, sexuální, ekonomické a sociální. Často se však tyto formy kombinují.

Dochází k němu opakovaně v soukromí, a tím skrytě mimo kontrolu veřejnosti, intenzita násilných incidentů se stupňuje a vede ke ztrátě schopností včas tyto incidenty zastavit a efektivně vyřešit narušený vztah. Obětí domácího násilí se může stát prakticky kdokoliv – žena, muž, dítě i senior. Mluvíme o partnerském nebo mezigeneračním domácím násilí.

► Projevy domácího násilí

► Psychické násilí

- **zastařování** – zlé pohledy, výhrůžná gesta, předvádění zbraní, ničení věcí, ubližování jiným v přítomnosti ohrožené osoby;
- **zvýšená kontrola všeho**, co ohrožená osoba dělá – kam jde, s kým mluví, co říká, kdy se vrátí, omezení samostatnosti a rozhodování o sobě;
- **kritizování a ponižování** – nadávky, zesměšňování, snižování schopností, zpochybňování duševního zdraví, zlehčování obav, přehlížení přání a potřeb;
- **vyhrožování a vydírání** – nucení k poslušnosti, vyhrožování bitím,

přerušením kontaktů, sebevraždou, vydírání přes děti, vnoučata, vyvolávání pocitů viny;

► **Fyzické násilí** – facky, rány pěstí, kopání, tlučení hlavou (například o stěnu či topení), rdošení, tahání za vlasy, bití nějakým předmětem a podobně.

► Sociální násilí

- **izolace od příbuzných a přátel** – zákaz přijímat návštěvy, svým chováním odrazovat hosty od dalších návštěv, zákaz tele fonovat;
- **zákaz nebo kontrola sociálních sítí;**
- **násilná osoba diktuje**, jaké informace může oběť zveřejnit, komu a co odepsat, má přehled nad všemi přáteli, zná hesla do pošty apod.
- **Ekonomické zneužívání**
 - zamezení přístupu k financím (i vlastním);
 - vydírání;
 - vynucování přepsání bytu, nemovitosti.

► Sexuální násilí

► Kombinace

Klíčové znaky domácího násilí



- ▶ **Opakování a dlouhodobost** – z jednoho útoku jakéhokoli charakteru ještě nelze určit, zda jde o domácí násilí. Může to však být jeho začátek.
- ▶ **Eskalace** – od urážek se stupňuje k psychickému snižování lidské důstojnosti až k fyzickým útokům a závažným trestným činům ohrožujícím zdraví a život.
- ▶ **Jasně a nezpochybnitelné rozdělení rolí** osoby ohrožené a násilné – domácí násilí nejsou vzájemná napadání, hádky, rvačky či spory, kde se role osoby násilné a ohrožené střídají.
- ▶ **Neověřitelnost** – probíhá zpravidla za zavřenými dveřmi bytu či domu, stranou společenské kontroly.

Aby skutek byl domácím násilím, musí být naplněny všechny čtyři znaky.

Mezi nejčastější rizikové faktory doprovázející vznik domácího násilí mezi blízkými osobami patří:

- ▶ vynucená sociální izolace;
- ▶ finanční závislost na partnerovi;
- ▶ péče o děti v rámci mateřské a rodičovské dovolené;
- ▶ zdravotní postižení a omezení;
- ▶ vyšší věk a bezmocnost seniorů;
- ▶ přechod z aktivní zaměstnanosti do starobního či jiného důchodu;
- ▶ nezvládnuté rodičovství a výchova dětí;
- ▶ závislosti násilné osoby.

▶ Místa, kde hledat pomoc

Domácí násilí samo od sebe neskončí, naopak má nebezpečnou tendenci eskalovat. Ohrožené osoby potřebují včasnou a účinnou pomoc, ochranu a podporu (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby*, str. 136 a *3 Sociální služby v Pk – Intervenční centra*, str. 169).

- ▶ Policie ČR;
- ▶ Obecní/městská policie;
- ▶ Bílý kruh bezpečí;
- ▶ Intervenční centrum;
- ▶ OSPOD;

- ▶ Krizová pomoc;
 - ▶ Manželská poradna;
 - ▶ Azylový dům;
 - ▶ Linka důvěry;
 - ▶ Praktičtí lékaři;
 - ▶ Pediatři a další specialisté;
 - ▶ Nemocnice (včetně sociálního oddělení);
 - ▶ Záchraná služba.
- Pokud se necítíte ve vztahu bezpečně, připravte si **bezpečnostní plán!**

Bezpečnostní plán



- ▶ shromážděte důležitá telefonní čísla pro případ potřeby (známí, policie, intervenční centrum, azylový dům a podobně);
- ▶ informujte rodinu, přátele či sousedy, kteří vám v případě potřeby mohou pomoci (například poskytnutím krátkodobého úkrytu);
- ▶ připravte si únikové cesty v případě násilného jednání, například nechte se zavřít v části domu bez oken či východu, zvažte, kam se lze v takové situaci uchýlit;
- ▶ domluvte si znamení, které použijete v případě ohrožení při komunikaci např. se sousedy, známými aj. či signál pro přivolání pomoci;
- ▶ připravte si pohotovostní zavazadlo pro případ nenadálého odchodu z domu, kde budou uloženy všechny potřebné věci.
- ▶ Jedná se zejména o:
 - ▷ doklady (průkaz totožnosti, rodný list, průkaz zdravotního pojištění a podobně);
 - ▷ důležité dokumenty k účtům, bytu, pracovní smlouvy, rozhodnutí soudu a podobně;
 - ▷ léky, věci denní potřeby pro sebe a případně pro děti (oblečení, hygienické potřeby, hračky);
 - ▷ klíče od domu, peníze, kreditní kartu, jízdenky.
 - ▷ Zavazadlo je možné nechat i mimo dům na místě, kde se k němu můžete snadno dostat.

► Vykázání

Pokud hrozí reálné nebezpečí, že se určitá osoba dopustí vůči jiné osobě, se kterou žije ve společném obydlí, závažného útoku proti životu, zdraví, svobodě nebo proti lidské důstojnosti, může ji Policie ČR tzv. **vykázat na dobu 10 dnů**. Tuto dobu nelze jakkoli zkrátit, a to ani se souhlasem ohrožené osoby.

Vykázaný je povinen:

- neprodleně opustit prostor vymezený policistou v potvrzení o vykázání;
- zdržet se vstupu do tohoto prostoru;
- zdržet se styku nebo navazování kontaktu s ohroženou osobou;
- vydat policistovi všechny klíče od společného obydlí.

Vykázaný má právo vzít si před opuštěním společného bydlení věci sloužící jeho osobní potřebě, osobní cennosti a doklady, současně si v průběhu vykázání může ze společného obydlí vzít věci nezbytné pro podnikání nebo pro výkon povolání, ale to pouze jednou a v přítomnosti policisty. Policista je navíc povinen mu poskytnout informace o možnostech dalšího ubytování a v souvislosti s tím i nezbytnou

součinnost. Policista dále poučuje ohroženou osobu o možnosti podat návrh na vydání předběžného opatření, o možnostech využít psychologických, sociálních nebo jiných služeb v oblasti pomoci obětem domácího násilí a o případných následcích vyplývajících z uvedení vědomě nepravdivých údajů. Policie je také povinna do 24 hodin informovat místně příslušné **intervenční centrum** pro osoby ohrožené domácím násilím, že došlo k vykázání, aby pracovníci tohoto centra mohli zkontaktovat ohroženou osobu a nabídnout jí pomoc, která je zcela dobrovolná a bezplatná. Intervenční centrum je možné kontaktovat i tzv. nízkoprahově, což znamená, že není třeba zmíněného vykázání a osoba ohrožená domácím násilím se může na toto centrum obrátit sama.

Do 3 dnů od vykázání provede policie i bez návrhu kontrolu, zda vykázaný dodržuje všechny povinnosti vyplývající z vykázání. Podáním návrhu na vydání předběžného opatření v průběhu vykázání se navíc doba tohoto vykázání prodlužuje až do dne nabytí právní moci rozhodnutí soudu o tomto návrhu.

10 Nebezpečné pronásledování (stalking)

Nebezpečné pronásledování (stalking) je úmyslné a systematické porušování osobní svobody jiného. Cílem je navázání a udržování kontaktu s pronásledovanou osobou i přes její zjevný nesouhlas. Projevuje se sledováním, vyhledáváním osobní blízkosti, kontaktováním prostřednictvím elektronické pošty, mobilu, omezováním v obvyklém způsobu života, zneužitím osobních údajů, vynucováním si pozornosti. Toto jednání vzbuzuje v pronásledované osobě důvodnou obavu o život nebo o zdraví své, případně osob blízkých.

► Projevy pronásledování

- Opakované pokusy o kontakt (SMS zprávami, e-maily, telefonáty, písemně, posílá za vámi jiné osoby a podobně). Obsah těchto zpráv může být příjemný až veselý, ale též urážející či zastrašující.
- Demonstrování moci a síly, fyzické pronásledování oběti cestou do práce, na nákup, autem, čekání na oběť před domem.
- Přímé nebo nepřímé výhrůžky (vzbuzují ve vás obavy o zdraví a život, zamezují vám vykonávat běžné činnosti).

- Sledování, postávání před vaším domem, prací nebo pobyt ve vaší blízkosti.
- Zneužívání osobních údajů (zveřejňuje vaše fotografie, adresu či jiné osobní údaje).
- Uskutečnění výhrůžek v případech, že dosavadní pokusy stalkera selhávají.
- Snaha poškodit pověst oběti, očerňovat ji šířením nepravdivých informací v okolí.
- Ničení věcí (například vozidla, plotu a podobně).
- Stalker se vydává za oběť a předstírá, že se mu oběť mstí. Může na ni podat i trestní oznámení.

Jedním z podstatných znaků stalkingu je jeho **dlouhodobost**, a to, že u oběti vyvolává **důvodnou obavu o její život nebo zdraví či o život a zdraví blízkých osob**. Pokud znak obavy bude chybět, nebude se jednat o nebezpečné pronásledování.

► Co můžete jako pronásledovaná osoba dělat?

- Dejte pronásledovateli na vědomí, že o něj nestojíte a nemáte zájem.
- Přerušete s pronásledovatelem veškerý kontakt.
- Pokud to není možné, například máte spolu děti, omezte kontakt na nejdůležitější informace (ohledně zdravotního stavu, času, místa předání dětí a podobně).
- Volte jiné trasy, časy, zvyky, odlišné od těch, které pronásledovatel zná.
- Oznamte vše na Policii České republiky.
- Uchovávejte a zaznamenávejte všechny formy nevyžádaných kontaktů a předejte je policii.
- Vyhýbejte se místům, kde by mohlo dojít k setkání s pronásledovatelem o samotě.
- Seznamte rodinu, přátele, blízké s tím, že jste obětí pronásledování.
- Pokud pronásledování neustupuje, je tu možnost využít zákazu kontaktu.
- Vyhledejte pomoc nejbližšího intervenčního centra (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 3 Sociální služby v Pk – Intervenční centra*, str. 169).

Od 1. 1. 2010 je nebezpečné pronásledování (stalking) trestným činem. Je kvalifikován v § 354 trestního zákoníku jako nebezpečné pronásledování.

Pokud si nevíte rady, můžete využít poradenské služby (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby*, str. 136).

11 Trestná činnost

Za **trestnou činnost** lze považovat protiprávní jednání nejružnějšího charakteru.

► Přestupek

Přestupek představuje protiprávní jednání nižšího stupně závažnosti, které je vymezeno v zákoně o přestupcích. Za klasické je možné označit přestupky dopravní, proti veřejnému pořádku nebo proti občanskému soužití.

► Trestný čin

Trestný čin je takovým protiprávním jednáním, kdy pachatel zásadním způsobem poškozují nebo ohrožují státní mocí chráněné zájmy a které proto stát trestá. Konkrétní protiprávní jednání je uvedeno v trestním zákoníku.

Trestné činy se dělí na **přečiny a zločiny**.

- **Přečiny** nazýváme všechny nedbalostní trestné činy a ty úmyslné trestné činy, na něž trestní zákon stanoví trest odnětí svobody s horní hranicí trestní sazby do pěti let.
- **Zločiny** jsou všechny trestné činy, které se podle trestního zákona neoznačují jako přečiny. Za zvlášť

závažné zločiny jsou pokládány ty úmyslné trestné činy, na něž trestní zákon stanoví trest odnětí svobody s horní hranicí trestní sazby nejméně deset let.

► Postihy za protiprávní jednání

Za protiprávní jednání náleží **tresty**. Pro tresty, jež jsou uloženy soudem a nejsou trestem odnětí svobody, se používá termín **alternativní tresty**. Kontrolu výkonu některých trestů provádí **pracovníci Probační a mediační služby (PMS) ČR**.

► Postihy za přestupky

Přestupky řeší správní orgány, do jejichž kompetence tato problematika patří.

Lze za ně uložit tyto tresty:

- napomenutí;
- pokuty;
- zákaz činnosti;
- propadnutí věci nebo náhradní hodnoty;
- zveřejnění rozhodnutí o přestupku.

Probační a mediační služba (PMS)



Probační a mediační služba je státní organizace, která zajišťuje kontrolu výkonu trestů nespojených s odnětím svobody, připravuje podklady pro jejich ukládání a nabízí možnost jednání mezi pachatelem a obětí o urovnání následků trestného činu.

Usiluje o zprostředkování účinného a společensky prospěšného řešení konfliktů spojených s trestnou činností. Současně organizuje a zajišťuje efektivní a důstojný výkon **alternativních trestů** a opatření s důrazem na zájmy poškozených, ochranu komunity a prevenci kriminality.

Jaké jsou cíle PMS?

Integrace pachatele – Probační a mediační služba se snaží o začlenění obviněného, respektive pachatele do života společnosti bez dalšího porušování zákonů. Integrace je proces, který směřuje k obnovení respektu obviněného k právnímu stavu společnosti, jeho uplatnění a seberealizaci.

Participace poškozeného – Probační a mediační služba zapojuje poškozeného do procesu vlastního odškodnění, snaží se o obnovení jeho pocitu bezpečí, integrity a důvěry ve spravedlnost.

Ochrana společnosti – Probační a mediační služba přispívá k ochraně společnosti účinným řešením konfliktních a rizikových stavů spojených s trestním řízením. Současně usiluje o efektivní zajištění uložených alternativních trestů a opatření.

PMS zajišťuje tzv. probační dohled, který se ukládá obviněnému nebo odsouzenému, pokud státní zástupce či soudce považuje za účelné sledovat a dohlížet po určité době na chování pachatele. Pracovníci PMS kontrolují vedení řádného života pachatele a plnění uložených přiměřených povinností a omezení (například zdržet se užívání omamných a psychotropních látek, alkoholu a podobně), ale také mu nabízejí nezbytnou pomoc při řešení obtížných životních situací, případně poskytují kontakty na další organizace (například úřady práce, občanské a dluhové poradny, psychologické, psychiatrické a psychotherapeutické služby, K-centra a další služby drogově závislým). Probační úředník se snaží motivovat pachatele k řešení problémů souvisejících s trest-

nou činností (včetně náhrady škody a urovnání konfliktu s poškozeným). Tím mu pomáhá vytvářet podmínky pro reintegraci do společnosti. Dohled se koná zejména formou osobních konzultací pracovníka PMS s pachatelem, přičemž nedílnou součástí dohledu jsou také osobní návštěvy v místě bydliště.

Spolupráce s PMS se odehrává i v době přípravy na podmíněčné propuštění. V případě rozhodnutí o podmíněném propuštění odsouzeného, nad kterým je současně vysloven dohled pracovníka PMS, PMS provádí kontrolu plnění podmínek zkušební doby podmíněného propuštění (v rozsahu minimálně 1 roku a maximálně 7 let). Zároveň poskytuje pomoc při řešení problémů souvisejících s návratem odsouzeného do běžného života na svobodě. Bližší informace lze nalézt na webu PMS: <https://www.pmscr.cz/>. Kontakty na střediska PMS jsou uvedeny v kapitole *III Užitečné kontakty a informace – 7 Probační a mediační služba*, str. 200.

Obětem trestných činů poskytuje PMS psychosociální podporu, právní informace, pomoc při uplatňování škody a odškodnění, ale také zprostředkování kontaktu na návazné služby a organizace.

► Postihy za trestné činy

Za spáchané **trestné činy** může soud uložit tyto **tresty**:

- **Trest odnětí svobody**, kterým se rozumí:
 - ▷ nepodmíněný trest odnětí svobody;
 - ▷ podmíněné odsouzení k trestu odnětí svobody – týká se trestu odnětí svobody nepřevyšujícího tři léta a uděluje se za předpokladu, že není třeba výkonu trestu k nápravě pachatele. V pří-
- ▷ **Domácí vězení** – jeho podstatou je omezení pohybu odsouzeného v určitých hodinách po dobu maximálně 2 let. V tento čas je povinen zdržovat se v místě stanoveném soudem, zpravidla ve svém

padě, že soud uzná za vhodné pachatele zvýšeně sledovat a kontrolovat chování, může navíc stanovit dohled;

- ▷ podmíněné odsouzení k trestu odnětí svobody s dohledem;
- ▷ zvláštní typ trestu odnětí svobody, což je výjimečný trest.

stálém bydlišti. Kontrolu provádí namátkově pracovníci PMS, kteří o průběhu informují soud. Pokud zjistí nepřítomnost odsouzeného ve stanovený čas ve stanoveném obydlí a odsouzený nemá přijatelnou omluvu (například náhlá zdravotní komplikace potvrzená lékařem), může soud přeměnit nevykonanou část trestu domácího vězení v trest odnětí svobody.

- ▶ **Obecně prospěšné práce** – umožňuje pachateli méně závažné trestné činnosti odčinit své jednání prací pro obecně prospěšné účely. Tento trest lze udělit v rozsahu 50 až 300 hodin. Odsouzený je povinen ho odpracovat do 1 roku ode dne, kdy mu byl nařízen soudem. Na jeho vykonání dohlíží pracovník PMS, který navrhuje odsouzenému i možné umístění. V případě maření výkonu trestu ho soud může přeměnit na jiný.
- ▶ **Propadnutí majetku** – je nejprísnejší majetkový trest. Zpravidla bývá uložen za zvlášť závažné zločiny, jimiž pachatel pro sebe nebo pro někoho jiného získal nebo se snažil získat majetkový prospěch. Může postihnout veškerý majetek nebo jen část, kterou určí soud. Majetek pak připadá státu.

- ▶ **Peněžitý trest** – může být uložen jako samostatný trest, ale často je využíván i jako trest vedlejší. Jeho výměra je stanovena nově ve formě tzv. denních pokut, které vyjadřují závažnost trestného činu prostřednictvím počtu denních sazeb. To ovšem neznamená, že pachatel bude splácet řadu menších částek, je to způsob výpočtu celkové částky. Denní sazba může být stanovena v rozmezí 100 Kč až 50 000 Kč. Maximální výměr tedy činí 36,5 milionu Kč. Zároveň soud stanoví náhradní trest odnětí svobody v rozmezí jednoho až čtyř roků. V případě nezaplacení peněžitého trestu může soud přeměnit peněžitý trest v trest domácího vězení nebo v trest obecně prospěšných prací, v případě jejich dalšího maření rozhoduje o uložení náhradního trestu odnětí svobody.
- ▶ **Propadnutí věci** – bývá ukládáno spíše vedle jiného trestu, nicméně je možné uložit ho i samostatně. Slouží k zneškodnění věci, kterou pachatel získal trestným činem nebo jako odměnu za něj. Majetek propadá státu.

- ▶ **Zákaz činnosti** – tento trest zabráňuje v pokračování trestné činnosti pachateli, který k ní využil aktivity vyžadující určitou morální či odbornou způsobilost (například bankovní úředník).
- ▶ **Zákaz pobytu** – je udělován proto, aby nedocházelo k páchání další trestné činnosti v dané lokalitě. Není možné ho použít pro trvalé bydliště. Pokud dotyčný potřebuje toto místo navštívit v osobní záležitosti, musí předem upozornit policii, která mu může (ale nemusí) povolení udělit.
- ▶ **Zákaz vstupu na sportovní, kulturní a jiné společenské akce** – podstatou tohoto trestu je zákaz vstupu na konkrétní sportovní, kulturní či společenskou událost. V průběhu výkonu trestu odsouzený navštěvuje PMS a případně se musí hlásit během konání této akce na příslušném policejním středisku.
- ▶ **Vyhoštění** – tento trest má zabránit v páchání trestné činnosti cizinci a přemístit ho z České republiky na území státu, jehož je občanem. Uděluje se na 1 rok až 10 let nebo na dobu neurčitou.

- ▶ **Ztráta čestných titulů nebo vyznamenání**
- ▶ **Ztráta vojenské hodnosti**

▶ Oběti trestné činnosti

Obětí trestné činnosti se podle trestního řádu rozumí fyzická osoba, které bylo nebo mělo být trestným činem ublíženo na zdraví, způsobena majetková nebo nemajetková újma nebo na jejíž úkor se pachatel trestným činem obohatil. Jestliže při spáchání trestného činu došlo ke smrti oběti, považuje se za oběť též její příbuzný v pokolení přímém, sourozenec, osvobozenec, osvojitel, manžel nebo registrovaný partner či druh, je-li osobou blízkou. Pokud je těchto osob více, pokládá se za oběť každá z nich.

▶ Práva obětí trestné činnosti

Obětem trestné činnosti je věnována zvláštní pozornost, proto jsou legislativně ukotvena jejich práva s cílem zlepšit jejich informovanost a postavení v průběhu trestního řízení.

Mezi **práva obětí trestných činů** náleží:

- ▶ *Právo na respektování osobnosti a důstojnosti, zdvořilý a šetrný přístup;*
- ▶ *Právo na poskytnutí odborné pomoci;*
- ▶ *Právo na informace;*
- ▶ *Právo na informaci o pobytu obviněného nebo odsouzeného na svobodě;*
- ▶ *Právo na ochranu před hrozcím nebezpečím a přijetí opatření k zajištění bezpečí;*
- ▶ *Právo na zabránění kontaktu s pachatelem;*
- ▶ *Právo na ochranu při výslechu nebo podání vysvětlení;*
- ▶ *Právo na doprovod důvěrníkem;*
- ▶ *Právo na prohlášení o dopadu trestného činu;*
- ▶ *Právo na ochranu soukromí;*
- ▶ *Právo na peněžitou pomoc;*
- ▶ *Právo domáhat se nápravy při porušení práv ze strany orgánu veřejné moci.*

Pomoc pro oběti trestných činů nabízí poskytovatelé odborného sociálního poradenství, například **Bílý kruh bezpečí** či **krizové linky** (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby**, str. 136).

▶ **Prevence aneb Jak předcházet trestné činnosti**

Důležitá je **prevence** a ostražitost každého. K tomu, jak se máme chovat, Policie České republiky doporučuje:

Jak se chránit před okradením?

- ▶ Peníze, doklady i klíče noste v příruční uzavřené tašce nebo kabelce vždy odděleně. Berte si jen tolik peněz, kolik skutečně potřebujete.
- ▶ Peněženku uložte na dno nebo do spodní části kabelky či nákupní tašky.
- ▶ Kabelku nebo tašku přes rameno nenechávejte viset na zádech, ale mějte ji stále na očích a chraňte ji rukama na boku či na břiše.
- ▶ Kabelku nebo tašku nepokládejte v obchodech na police a nenechávejte ji v nákupním vozíku.
- ▶ Vyhýbejte se návalům lidí, které nahrávají zlodějům a okradení se může odehrát bez povšimnutí.
- ▶ Čtete-li si v dopravním prostředku městské hromadné dopravy, mějte své příruční zavazadlo pořád pod kontrolou.
- ▶ Ve vlaku si vybírejte kupé, kde už sedí další cestující a nenechávejte svá zavazadla bez dozoru.

- ▶ Při výběru peněz z bankomatu si hlídejte soukromí. Uvnitř bank či spořitelny je to bezpečnější.
- ▶ Nikdy se před nikým nechlubte svými úsporami nebo cennostmi, nepůjčujte cizím lidem peníze, neplatte žádné zálohy podomním prodejčům.

Jak předcházet riziku přepadení?

- ▶ Vyhýbejte se odlehlým, nepřehledným a neosvětleným místům.
- ▶ Kabelku nebo tašku noste v ruce či na rameni směrem od ulice, aby vám ji z vozovky nemohl někdo vytrhnout a ukrást.
- ▶ Chce-li vám někdo kabelku nebo tašku odcizit, nebraňte se za každou cenu. Zdraví či dokonce život jsou cennější než peníze!
- ▶ Po chodníku chodte raději dále od vchodů domů, kde by mohl číhat případný pachatel a vtáhnout vás dovnitř.
- ▶ Při vstupu do domu se pozorně rozhlédněte a nevcházejte tam s někým neznámým. Také ve výtahu si dávejte pozor.
- ▶ Nepřijímejte doprovod nabízený neznámými lidmi.
- ▶ Kdybyste měli pocit, že vás někdo sleduje, snažte se co nejrychleji dostat na místo, kde je více lidí.

- ▶ Pokud by vás někdo napadl, křičte i tehdy, když v blízkosti nikoho nevidíte. Mohl by vás uslyšet někdo za rohem a přispěchat na pomoc.
- ▶ V případě nutnosti můžete pro svou ochranu použít sprej (deodorant, lak na vlasy nebo slzný plyn), který nosíte v tašce či kabelce. Pachatele tím překvapíte, možná i odradíte a sami tak získáte čas na přivolání pomoci.
- ▶ Snažte se vyhnout čekání na liduprázdné zastávce hromadné dopravy, především v časných ranních nebo pozdních večerních hodinách.
- ▶ V prázdné tramvaji nebo autobusu si sedněte co nejbližší k řidiči. Jeho blízkost může případného lupiče od zlého úmyslu odradit nebo vám v případě obtěžování či napadení řidič rychleji pomůže.

Jak se vyhnout podvodu?

- ▶ Nedůvěřujte neznámým lidem, nikoho cizího nepouštějte do svého bytu.
- ▶ Nikdy hned neotvírejte dveře, nevíte-li, kdo je za nimi.
- ▶ Pořídte si panoramatické kukátko, které vám umožní dobře si návštěvníka prohlédnout. Instalujte si

na dveře bezpečnostní řetězky, který udrží dveře jen pootevřené.

- ▶ Zvoní-li opravář, pracovník úřadu či jiných služeb (odečet plynu a podobně), nechte si předložit jeho služební průkaz nebo ještě lépe zavolejte na úřad či instituci, na kterou se pracovník odvolává.
- ▶ Nepodléhejte lákavé vidině snadného zbohatnutí. Podomní nabídky výher v loterii nebo výhodných koupí odmítněte. V naprosté většině jde o podvod.
- ▶ Udržujte dobré vztahy se sousedy v domě. Napište si jejich telefonní čísla, v případě potřeby bývá jejich pomoc nejrychlejší.
- ▶ Důležitá telefonní čísla (policie, lékař, hasiči) mějte viditelně blízko telefonu, abyste mohli co nejrychleji přivolat případnou pomoc.
- ▶ Nepodvolujte se nátlaku ze strany rodinných příslušníků, natož cizích lidí, k podpisu závažných dokumentů, například k převedení bytu, domu, chaty nebo poskytnutí peněžních půjček. Vše si v klidu a pečlivě promyslete.
- ▶ Zásadní rozhodnutí o vašem majetku konzultujte s právníkem, nechte si poradit od dalších věrohodných osob. Většina institucí

a nevládních organizací nabízí i bezplatnou právní poradnu.

Jak zabezpečit majetek?

- ▶ Zamykejte vstupní dveře a zavírejte okna vždy, když opouštíte domácnost, i když jdete třeba jen na chvíli k sousedce nebo na krátký nákup.
- ▶ Bezpečnost bytu zvýšíte instalací bezpečnostních dveří nebo různých mechanických zábranných prostředků.
- ▶ Okna lze opatřit různými typy mříží. Moderní technika nabízí také využití domácího videotelefonu s elektromechanickým ovládním vstupních dveří (například u rodinných domů, v nové panelové výstavbě).
- ▶ Opouštíte-li byt nebo dům na delší čas (například pokud jedete na chatu či rekreaci), nezatahujte rolety a žaluzie, nevypínejte přívod elektřiny. Snažte se udržovat dom, že jste stále přítomni. Vhodná je výpomoc mezi sousedy, mohou vám byt kontrolovat a pravidelně vybírat schránku.
- ▶ Můžete si pořídit elektronické spínací zařízení, které podle nastavení rozsvítí světla, zapne rozhlasový přijímač, televizi a podobně.

Opět tak vytváříte zdání, že jste doma.

- ▶ Pro případ, že byste i přesto byli vykradeni, je vhodné mít vyfotografovány cenné věci, sepsána výrobní čísla a podobně. Tyto informace pomohou policii v pátrání a usnadní vaše jednání s pojišťovny při likvidaci pojistné události.
- ▶ Nezapomínejte zamykat svůj automobil. Můžete ho vybavit přídatným zařízením pro uzamčení řadicí páky nebo volantu. Je možné si opatřit i elektronické alarmy či imobilizéry zapalování.

▶ Co dělat, když jste svědky protiprávního jednání?

Pokud budete svědkem jakéhokoliv protiprávního jednání, měli byste neprodleně informovat **Policii České republiky nebo městskou či obecní policii**.

Policii ČR lze kontaktovat na telefonu 158. Tato bezplatná linka tísňového volání Policie České republiky je v nepřetržitém provozu. Slouží veřejnosti pro telefonická oznámení, která mají charakter tísňových výzev, jako je případ přímého ohrožení života,

zdraví, majetku nebo veřejného pořádku. Zároveň se zde shromažďují informace vztahující se k trestné činnosti, pátrání po pohřešovaných a hledaných osobách, ale také o odcizených a odtazených vozidlech, haváriích a dopravních nehodách, živelních pohromách, komunikačních závadách a podobně.

V některých případech mohou mít telefonická volání i jiný charakter, například ocitnou-li se lidé v tíživé životní situaci a potřebují-li se poradit. Tehdy jsou volajícím poskytnuty kontakty na linky důvěry nebo psychologické poradny a je jim zajištěna potřebná intervence.

S městskou či obecní policií se můžete spojit na telefonní lince 156. Jde o orgán obce, který zabezpečuje místní záležitosti veřejného pořádku. Její kompetence jsou však omezené.

12 Propuštění z výkonu trestu

Situace po propuštění z výkonu trestu je náročná pro propuštěného i jeho nejbližší. Znovu získaná svoboda představuje velké lákadlo, kterému se stěží odolává. Osoby po výkonu trestu jsou ohroženy sociální izolací, dluhovou pastí, bezdomovectvím či recidivou trestné činnosti. Proto je vhodné co nejdříve po propuštění kontaktovat **sociálního kurátora**, který propuštěnému pomůže při návratu do společnosti bez zbytečných rizik.

► Sociální kurátor pro dospělé

Sociální kurátor pro dospělé posílá osobě ve **výkonu trestu odnětí svobody (VTOS)** dopis, v němž nastiňuje možnosti, jak jí může být po propuštění nápomocen a uvede na sebe kontakt.

Své služby poskytuje zcela **zdarma, nezávazně**. První kroky osoby propuštěné z VTOS by tedy měly vést za ním.

Co můžete propuštěný z výkonu trestu od sociálního kurátora očekávat?

- Poradenství v sociální oblasti, včetně pomoci při hledání vhodného ubytování, zaměstnání a podobně.
- Zprostředkování kontaktů s dalšími zdroji pomoci (sociální

služby, odborníci), se kterými má sociální kurátor navázanou spolupráci a podle potřeby propuštěnou osobu také případně doprovodí.

- Podporu při hospodaření s financemi, popřípadě pomoc při řešení dluhové situace, při zajištění sociálních dávek, včetně vydání doporučení pro Úřad práce ČR, například v situaci, kdy je osoba propuštěna z VTOS.
- Spolupráci sociálního kurátora s dalšími institucemi při řešení dalších problémů.
- Činnosti, které napomohou osobě po propuštění „postavit se na vlastní nohy“.

Kontakty na sociální kurátory pro dospělé osoby lze nalézt přímo na webových stránkách konkrétního obecního úřadu obce s rozšířenou působností či v seznamu sociálních kurátorů na webových stránkách Pardubického kraje (viz kapitola **III Užitečné kontakty – 1 Když nevíte kudy kam**, str. 132).

Osoba po propuštění z VTOS se může rovněž přímo obrátit na **organizace, které jí mohou být nápomocny** při řešení konkrétní situace (například dluhová situace, závislosti, absence bydlení...).

V Pardubickém kraji působí sociální kurátoři pro dospělé v těchto obcích:

- Okres Chrudim: **Hlinsko, Chrudim**
- Okres Svitavy: **Litomyšl, Moravská Třebová, Polička, Svitavy**
- Okres Pardubice: **Holice, Pardubice, Přelouč**
- Okres Ústí nad Orlicí: **Česká Třebová, Králíky, Lanškroun, Ústí nad Orlicí, Vysoké Mýto, Žamberk**



Jestliže se osoba po propuštění z VTOS ocitne bez zaměstnání, navštíví kontaktní pracoviště úřadu práce (viz kapitola **III Užitečné kontakty – 5 Úřad práce**, str. 196). Zde jí pomohou s vytipováním vhodné nabídky, popřípadě se zajištěním sociálních dávek (viz kapitola **II Dávky a příspěvky**, str. 96).

Pokud se osoba po propuštění z VTOS nemá kam vrátit, je možnou náhradní variantou získání bydlení v **azylovém domě či noclehárně** (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 3 Sociální služby v Pk**, str. 145). S tipem na vhodné ubytování poradí sociální kurátor, který má k dispozici také kontakty na **ubytovny**.

13 Závislosti

Závislost je takový stav těla nebo mysli, kdy se člověk nedokáže obejít bez věci, látky, osoby, po které touží. Rozlišujeme **závislosti na legálních látkách** (například alkohol, tabák), **ne-látkové závislosti** (gambling, internet, PC hry, mobilní telefon, televize) a **závislosti na nelegálních látkách** (marihuana, pervitin, heroin, kokain).

Jak se závislost projevuje?

- ▶ Touha po dané látce;
- ▶ Ztráta dalších zálib;
- ▶ Opakované užívání látky, i když dotýčný o rizicích ví;
- ▶ Omezení pudu sebezáchovy ve vztahu k látce;
- ▶ Zvyšování množství látky, na které je závislost;
- ▶ Abstinenční příznaky, pokud látka není k dispozici.

Závislost může být jak **fyzická**, která se projeví na těle, tak **psychická**, která se odehrává v mysli.

Psychická závislost: chování směřující k získání látky, nepotlačení touhy, nezájem o vše mimo drogu.

Fyzická závislost: tělo protestuje, pokud nedostane to, na co si zvyklo. Cítí nutnost zvyšovat dávku.

V případě, že potřebujete řešit či poradit se svojí závislostí či závislostí

svého blízkého, mohou vám pomoci níže uvedené služby, kontakty na ně najdete v kapitole **III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby**, str. 136 a **3 Sociální služby v Pk**, str. 145.

▶ Kontaktní centra

Jedná se o sociální službu, která nabízí pomoc a podporu uživatelům drog a jejich blízkým osobám. Cílem je minimalizovat rizika spojená s užíváním drog. Lidem užívajícím drogy je zde zajištěn výdej čistých injekčních stříkaček a dalšího materiálu a příjem použitého materiálu k bezpečné likvidaci.

Provádí se tu orientační **testy na infekční choroby** (na hepatitidu typu B a C a vir HIV), odborné poradenství týkající se dané problematiky, léčby, vztahů a podobně.

Zajišťují i doprovody na úřady či k zaměstnavatelům. Podle potřeby jsou zde zprostředkovávány také další služby, včetně možnosti provedení osobní hygieny či vyprání prádla.

▶ Terénní programy

Služba je určena **osobám závislým na návykových látkách** a pracuje s nimi přímo v prostředí, kde se nachází.

Může být poskytována anonymně. Pracovníci vyhledávají uživatele drog a spolupracují s nimi na stabilizaci jejich sociální situace, minimalizaci rizik spojených s užíváním drog a motivují je ke změně životního stylu. Nabízí jim poradenství, případně zprostředkují další služby.

▶ Odborné sociální poradenství

Ambulantní centrum poskytuje služby lidem ohroženým důsledky užívání nelegálních drog, alkoholu či patologického hráčství, ale i jejich blízkým. Pracuje s lidmi, kteří uvažují o změně životního stylu, rozhodují se pro abstinenci. Cílem je jejich zařazení do běžného života.

▶ Služby následné péče

Služby následné péče pomáhají uživatelům drog, alkoholu a gamblerům, kteří absolvovali pobytovou léčbu, ambulantní léčbu nebo abstinují samostatně. Cílem je jejich začlenění do běžného života.

▶ Léčba závislosti

Léčba závislosti je obtížná a dlouhodobá. Musí být také vybrána s ohledem na potřeby každého závislého. Aby byla léčba závislosti úspěšná, musí chuť a motivace ke změně vycházet od samotného uživatele a musí dojít ke komplexní změně jeho životního stylu.

Léčba závislosti může probíhat různě, někdy ambulantně, jindy je nutný pobyt na **psychiatrickém oddělení nemocnice** (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 4 Zdravotnické služby v Pk**, str. 185) nebo je možné využít i terapeutické komunity, kde trvá léčba kolem jednoho roku. V těchto zařízeních se často využívá skupinové psychoterapie. Pokud člověku hrozí odvykací stav, většinou začíná léčbu detoxem, při němž v bezpečném prostředí veškeré drogy vysadí. Pro závislého je důležitá podpora jeho blízkých.

Informace o možnostech a způsobech léčby své závislosti, jako je alkohol, další návykové látky či patologické hráčství, můžete získat také v **poradně pro léčbu závislosti**, která je součástí psychiatrické ambulance nemocnice.

Pro osoby, které chtějí řešit svoji závislost na tabáku, jsou k dispozici **centra pro léčbu závislosti na tabáku**. Ta poskytují komplexní a dlouhodobou léčbu závislosti na tabáku a podporu při odvykání kouření hrazenou z veřejného zdravotního pojištění. Zpravidla tuto službu zajišťují zdravotnická zařízení (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 4 Zdravotnické služby v Pk*, str. 185).

S odvykáním kouření poradí také v **certifikovaných lékárnách** (seznam lékáren naleznete na stránkách www.lekarnici.cz, v sekci Pro veřejnost), kde pracují vyškolení lékárníci v oblasti odvykání kouření. Zde je možné získat informace ohledně účinných léčiv, jež pomohou překonat fyzickou závislost.

Dále mohou osoby se závislostmi navštěvovat **svépomocné skupiny**, kde sdílí své zkušenosti a potíže spojené se závislostí a léčbou (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby*, str. 136).

14 Nezaměstnanost a pracovníprávní problémy

Kdokoliv z nás může z nejrůznějších důvodů přijít o práci. V České republice není povinností pracovat, ale ani být veden v evidenci uchazečů o zaměstnání na Úřadu práce ČR.

Práci lze hledat různými způsoby. Buď na internetu, oslovováním zaměstnavatelů, prostřednictvím agentur práce nebo můžete využít služeb Úřadu práce ČR.

► Evidence uchazečů a zájemců o zaměstnání

Úřad práce ČR vede evidenci **uchazečů o zaměstnání** a **zájemců o zaměstnání**. **Rozdíl** mezi uchazečem a zájemcem je v tom, že **uchazeč o zaměstnání** není v pracovním poměru a ani nepracuje jako osoba samostatně výdělečně činná (OSVČ), smí však vykonávat nanejvýš tzv. **nekolidující zaměstnání**.

Zájemce o zaměstnání může pracovat, ale z nejrůznějších důvodů optává novou práci, má zájem o její zprostředkování, a proto žádá o zařazení do evidence zájemců o zaměstnání na úřadu práce. **Není uchazečem o zaměstnání, tzv. nezaměstnaným**. Zájemci Úřad práce ČR nabízí vhodné možnosti a nabídky práce, může mu zabezpečit také rekvalifikaci. Bližší in-

Nekolidující zaměstnání – výkon tohoto zaměstnání nebrání v zařazení a vedení v evidenci uchazečů o zaměstnání. Jedná se například o výkon činností na základě pracovního nebo služebního poměru, pokud měsíční výdělek nepřesáhne polovinu minimální mzdy či o výkon činností na základě dohody o pracovní činnosti, pokud měsíční odměna nepřesáhne polovinu stanovené minimální mzdy.



formace získáte od pracovníků úřadu práce.

Žádost o zprostředkování zaměstnání (evidence uchazečů o zaměstnání) se podává na **Úřadu práce ČR** podle místa vašeho trvalého bydliště nebo také online: <https://www.uradprace.cz/web/cz/pro-obcany> či <https://www.mpsv.cz/-/zadost-o-zprostredkovani-zamestnani> (viz kapitola *III Užitečné kontakty – 5 Úřad práce*, str. 196).

Abyste mohli být v evidenci uchazečů o zaměstnání zaevidováni již od prvního dne po skončení zaměstnání, je nutné si podat žádost do 3 pracovních dnů od skončení zaměstnání. Pokud to uděláte čtvrtý den, budete zaevidováni až od tohoto dne.

Evidence na úřadu práce je **dobrovolná**. V případě zařazení do evidence uchazečů o zaměstnání máte nejen práva, ale také povinnosti spojené s tímto krokem. Při jejich porušení může dojít k vyřazení z evidence.

V evidenci uchazečů o zaměstnání můžete při splnění zákonných podmínek pobírat **podporu v nezaměstnanosti** nebo **podporu při rekvalifikaci** (viz kapitola *II Dávky a příspěvky – 8 Dávky v nezaměstnanosti*, str. 128).

Pokud jste uchazeč o zaměstnání, stát za vás hradí zdravotní pojištění a v některých případech se vám doba evidence na úřadu práce započítává jako náhradní doba pojištění pro nárok na důchod.

► Rekvalifikace

Rekvalifikace znamená získání nové kvalifikace a zvýšení, rozšíření či prohloubení dosavadní kvalifikace, včetně jejího udržování a obnovování.

Za rekvalifikaci je považováno také získání kvalifikace osobou, která dosud

žádnou kvalifikaci neměla. Bližší informace k rekvalifikaci a jejím možnostem vám poskytnou pracovníci úřadů práce. Při splnění zákonem stanovených podmínek lze získat podporu při rekvalifikaci.

Existují dva možné typy rekvalifikací:

- **Rekvalifikace uchazečů o zaměstnání a zájemců o zaměstnání** – odehrává se na základě dohody mezi Úřadem práce ČR a uchazečem (zájemcem) o zaměstnání, pokud to vyžaduje jeho uplatnění na trhu práce.
- **Samostatné zajištění rekvalifikace uchazečem (zájemcem).**

► Právní poradenství v pracovních vztazích

Pokud potřebujete radu v oblasti pracovních vztahů, můžete se obrátit na **Státní úřad inspekce práce**. Na jeho webových stránkách lze najít odpovědi na nejčastější dotazy.



Otázky a odpovědi k vyřazení z evidence úřadu práce lze nalézt na webových stránkách veřejného ochránce práv na:

https://www.ochrance.cz/fileadmin/user_upload/Letaky/Vyrazeni-z-evidence-UP.pdf.

Vydává také různé informační letáčky, které jsou zaměřeny na jednotlivá témata týkající se pracovních vztahů – například vznik a změny pracovního poměru, pracovní doba a doba odpočinku, práce přesčas a dovolená, ukončení pracovního poměru, ale také třeba rady, jak postupovat, pokud zaměstnavatel nevyplatí mzdu a podobně.

Více informací najdete na: <http://www.suip.cz/informacni-materialy/pracovnepravni-vztahy/> pro Královéhradecký kraj a Pardubický kraj na: <https://www.uradprace.cz/web/cz/oblastni-inspektorat-prace-3>.

Další informace k pracovním vztahům a inspekci práce zjistíte také na stránkách veřejného ochránce práv: https://www.ochrance.cz/fileadmin/user_upload/Letaky/pracovnepravni-vztahy.pdf.

Ombudsman za vás sice nevyřeší spor se zaměstnavatelem, ale poradí, kam se obrátit.

Další informace v oblasti pracovních vztahů můžete získat též na krajské pobočce Úřadu práce ČR – Oddělení zaměstnanosti či právním: <https://www.uradprace.cz/web/cz/kontakty-na-zamestnanost-109>; případně v občanských poradnách Pardubického kraje.



15 Nemoc v průběhu života a zdravotní péče

► Nemoc

V průběhu života se kdokoli z nás může dostat do situace, kdy z důvodu zdravotních potíží potřebuje pomoc různých odborníků. Každý má právo si vybrat svého praktického lékaře. **Pokud nemůžete najít praktického lékaře, který by vás mohl vzít do péče, obraťte se na příslušnou zdravotní pojišťovnu.** Ta je povinna vám zajistit příslušnou péči prostřednictvím zdravotnických zařízení, s nimiž má uzavřené smluvní vztahy.

Máte právo na změnu lékaře, u něhož jste registrováni. Můžete tak učinit 1× za 3 měsíce.

Pokud je potřeba specializované vyšetření, například kardiologické nebo ortopedické, doporučí lékař pacientovi návštěvu **ambulantního specialisty**. Spolu s doporučením k přijetí specializovaným lékařem zasílá registrující lékař též písemné odůvodnění a důležité zdravotní údaje včetně výsledků předem provedených vyšetření a informace o provedeném léčení. **I v tomto případě má pacient právo na svobodnou volbu zdravotnického zařízení, tedy i ambulantního specialisty.**

► Pobyť v nemocnici

Každý pacient si **může vybrat nemocnici**, kde bude hospitalizován. Co vše je potřeba k pobytu v nemocnici, bývá obvykle uvedeno na webových stránkách nemocnice (<http://www.nempk.cz/pro-pacienty>). Rovněž zde najdete informace o právech a povinnostech pacientů, včetně mlčenlivosti zdravotníků.

Při nástupu si nezapomeňte s sebou vzít **doklad totožnosti a průkaz pojištěnce**, seznam aktuálně užívaných léků, případně starší lékařské zprávy, pokud je máte. U **hospitalizace dítěte** se v předstihu informujte o možnosti pobytu jeho doprovodu, o přijetí a umístění doprovodu však rozhoduje zdravotnické zařízení (ošetřující lékař dítěte) podle možností daného zařízení. Průvodce hospitalizovaného dítěte má také nárok na vystavení potvrzení o pracovní neschopnosti po dobu pobytu s dítětem. Při příjmu dítěte do nemocnice platí obdobná pravidla jako u dospělých. K nástupu do nemocnice se dostavte v dohodnutý čas, do příjmové kanceláře příslušného lůžkového oddělení.

V průběhu přijetí budete požádáni o **písemný informovaný souhlas** s hospitalizací či výkonem, a to včetně uve-

dení kontaktů na osoby, které nemocnice bude moci informovat o vašem zdravotním stavu. Na požádání vám může být také vystaveno potvrzení o pracovní neschopnosti.

Následně vás čeká **vstupní vyšetření**, které provádí lékař odborného oddělení. Během vyšetření byste měli být srozumitelně informováni o vašem zdravotním stavu, důvodech hospitalizace a navrhovaném léčebném nebo diagnostickém postupu. Současně vám mohou být vysvětlena případná rizika související s poskytováním zdravotních služeb a také možné alternativy léčby.

Nezapomeňte zdravotníky informovat o lékové, potravinové či jiné alergii, pokud nějakou trpíte. Je také důležité, aby měl personál nemocnice přesné informace o vašich schopnostech a omezeních při pohybu, provádění osobní hygieny, vstávání z lůžka, oblékání, používání toalety a podobně. Nestyďte se personál nemocnice předem upozornit na jakákoli omezení, která by se u vás mohla vyskytnout.

V některých nemocnicích dostanete při přijetí **identifikační náramek**. Ten si ponechte po celou dobu hospitalizace. **Neváhejte se kdykoliv obrátit na ošetřující personál.** Otevřená komunikace a srozumitelně podané informace mo-

hou zabránit nedorozuměním a vaši případné nespokojenosti.

Při odchodu z nemocnice dostanete pro svého lékaře **propouštěcí zprávu**, která obsahuje detailní informace o průběhu léčení. **Léky** na recept vám může nemocniční lékař předepsat až v den propuštění z nemocnice. Při odchodu dostanete léky na tři dny, v odůvodněných případech i na delší, nezbytně nutnou dobu. Další léky vám předepíše váš praktický lékař (viz *Recepty, léky*, str. 61).

Potřebujete-li **zdravotní a kompenzační pomůcky** (například berle), lze si je zapůjčit na nezbytnou dobu, než si na předpis od lékaře zajistíte vlastní. Informace vám poskytnou zdravotní pracovníci.

V případě, že váš zdravotní stav neumožňuje využití běžné dopravy, může vám lékař zařídit **převoz dopravní zdravotní službou**. Zdravotní pojišťovna takovou cestu uhradí. Důvodem k vyslání dopravní zdravotní služby ovšem nemůže být například špatné dopravní spojení nebo nedostatek financí. **Pro odvoz můžete využít také jiné možnosti, například některá města provozují senior taxi či dopravní služby pro osoby se zdravotním postižením**, které jsou obvykle za úhradu.

Budete-li i nadále potřebovat odbornou péči (převazy ran, aplikaci injekcí, rehabilitaci a podobně) a nejste schopni docházet k lékaři, můžete využít **domácí zdravotní péči**, kdy zdravotní sestry docházejí vykonávat vybrané zdravotní úkony do domácností pacientů. O poskytování této péče rozhoduje ošetřující lékař, který vám může předepsat domácí zdravotní péči. Ta je poté hrazena zdravotní pojišťovnou.

Ve zdravotnických zařízeních působí **zdravotně sociální pracovníci**, na které se mohou lidé či jejich blízcí v průběhu hospitalizace obrátit. Pomohou jim aktivně s nastavením péče v přirozeném prostředí a hledáním vhodných služeb po ukončení hospitalizace. Na zdravotně sociálního pracovníka vás nasměrují zdravotníci přímo na oddělení, případně jsou kontakty na ně uvedeny na webových stránkách zdravotnických zařízení (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 4 Zdravotnické služby v Pk*, str. 185).

V případě potřeby můžete kontaktovat také **sociální pracovníky obcí**, kteří spolupracují s dalšími profesionálními sociálními službami a mohou vám pomoci najít nejvhodnější způsob zajištění péče. Kontakty na ně

naleznete na webových stránkách obcí (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 1 Když nevíte kudy kam*, str. 132).

► Zdravotní péče

Zdravotní péče je péče, která posiluje zdraví, zabraňuje onemocnění, případně léčí již vzniklá onemocnění nebo snižuje následky nemoci.

Ambulantní péče

Ambulantní péče je zdravotní péče, při níž není nutná hospitalizace nebo přijetí pacienta na lůžko do zdravotnického zařízení. Je zajišťována lékaři primární péče (praktičtí lékaři pro dospělé, pro děti a dorost, zubní lékaři a gynekologové) nebo odbornými specialisty.

Lůžková péče

Lůžková péče je poskytována v lůžkových zdravotnických zařízeních a dělí se na akutní standardní péči, akutní intenzivní, následnou a dlouhodobou péči.



► Prevence

Prevence je nedílnou součástí péče o zdraví a samozřejmou součástí moderní medicíny. Předchází nebo snižuje nebezpečí vzniku závažných onemocnění. Preventivní prohlídky mohou odhalit závažná onemocnění ve stadiu, kdy jsou ještě úspěšně léčitelná. Proto chodte pravidelně na preventivní prohlídky!

Mimo jiné máte nárok na:

- **všeobecnou preventivní prohlídku u praktického lékaře** – 1× za dva roky (děti do 3 let u praktického lékaře pro děti a dorost častěji, od 3 let pak rovněž ve 2letých intervalech);
- **gynekologickou preventivní prohlídku** – každoročně od 15 let;
- **stomatologickou preventivní prohlídku** – 2× ročně (děti), 1× ročně (dospělí).

► Zdravotnická záchranná služba

Zajišťuje přednemocniční neodkladnou péči výjezdovými základnami rozmístěnými po celém Pardubickém kraji (viz kapitola *III Užitečné kontakty – 4 Zdravotnické služby v Pk*, str. 185).

Výjezdy posádek rychlé lékařské pomoci (RLP), rychlé záchranné pomoci (RZP) a rendez-vous (RZ) k jednotlivým případům iniciují a koordinují vyškolené operátorky a operátoři krajského zdravotnického operačního střediska v Pardubicích.

Rychlá lékařská pomoc (RLP) je tvořena tříčlennou posádkou složenou z lékaře, zdravotnického záchranáře a řidiče záchranáře.

Rychlá zdravotnická pomoc (RZP) se skládá z dvoučlenné posádky, kterou tvoří zdravotnický záchranář a řidič záchranář.

Víceúrovňový setkávací systém neboli **systém rendez-vous (RV)** je způsob organizace výjezdových skupin a stanovišť záchranné služby.

Funguje na principu setkávání dvou typů výjezdových skupin u zásahů:

- rychlá lékařská pomoc v systému rendez-vous (RV) ve složení lékaře a řidiče záchranář;
- rychlá zdravotnická pomoc (RZP) ve složení zdravotnický záchranář a řidič záchranář.

Výjezdové skupiny RV bývají obvykle umístěny ve městech a vyjíždějí v osobních automobilech. Jedná se o speciální sanitní vozidla, která mají

veškeré vybavení k ošetření pacienta shodné s velkými sanitními vozidly, ale nedisponují mobilizačním vybavením a nosítky, případně lůžkem. Ve velkých městech se dostane osobní automobil k případu často rychleji než velká sanitka. Lékař se ihned po příjezdu věnuje ošetření pacienta a je-li indikace k transportu pacienta do nemocnice, vyčkává na příjezd skupiny RZP, která jej po zaležení na místě lékařem do zdravotnického zařízení dopraví. Pokud je nutná přítomnost lékaře u převozu pacienta, jedou obě vozidla do nemocnice, přičemž lékař je přítomen ve velkém voze s posádkou RZP. Výhodou je především rychlost a flexibilita.

Zdravotnická záchranná služba poskytuje neodkladnou zdravotní péči především při akutním ohrožení života dětí i dospělých. Je to zejména při těchto stavech:

- ▶ poruchy vědomí;
- ▶ zástava dechu a oběhu;
- ▶ bolesti na hrudi;
- ▶ všechny druhy úrazů včetně dopravních nehod;
- ▶ cévní mozkové příhody;
- ▶ křečové stavy;
- ▶ otravy.

Pokud jste svědky takové situace, zachovejte klid a volejte bezplatné telefonní číslo 155:

- ▶ Jestliže nejste schopni se plně soustředit na hovor – tísňové volání, nechte se vést během něj zkušenou operátorkou a odpovídejte pouze na její dotazy, a to jednoduše a věcně.
- ▶ Telefon si, pokud možno, ponechejte u sebe pro případ, že se s vámi operátorka nebo výjezdová skupina bude chtít spojit.
- ▶ Ve chvíli, kdy začnete poskytovat první pomoc, hovořte s operátorkou pomocí hlasitého odposlechu.
- ▶ Kvalitní první pomoc můžete dát i vy, pokud se necháte vést operátorkou, která s vámi bude během záchrany lidského života neustále hovořit a správně vás instruovat.

Před příjezdem zdravotnické záchranné služby postupujte podle instrukcí pracovníka tísňové linky a poskytněte první pomoc:

- ▶ Postiženého oslovte a pokud s vámi mluví, komunikujte s ním.
- ▶ Jestliže na oslovení nereaguje, položte jej na záda na tvrdou podložku.

- ▶ Zkuste jej probudit lehkým bolestivým podnětem (štípnutím, plácnutím).
- ▶ Zjistěte, zda dýchá (pokud se zvedá hrudník, přiložte ucho k jeho nosu/ústům a slyšíte nebo cítíte proud vydechaného vzduchu).
- ▶ Jestliže dýchá a je v bezvědomí, uložte jej na bok a jeho rukou mu podložte hlavu. Zabráníte tím případnému vdechnutí slin či žaludečního obsahu. Stále ho sledujte.
- ▶ Pokud nedýchá, **zahajte nepřímou srdeční masáž stlačováním hrudníku na středu hrudní kosti frekvencí 100/min. U dospělého do hloubky 5 cm a u dítěte do 1/3 předozadního průměru hrudníku. Provádějte ji do příjezdu záchrannářů.**
- ▶ Masivní zevní krvácení okamžitě zastavte pomocí tlakového obvazu či přímým stlačením krvácející cévy nebo přiložte škrtidlo na končetině nad ranou směrem k srdci.
- ▶ Pokud možno, vyšlete další osobu před dům, aby záchrannářům usnadnila nalezení místa, kde se postižený nachází.
- ▶ Zavřete domácí mazlíčky.
- ▶ V případě, že vám zdravotnické operační středisko sdělí, že posílá na místo leteckou záchrannou

službu, označte místo události. Mávejte kusem látky.

- ▶ Před přistáním vrtulníku odvedte děti, zavřete domácí zvířata, dveře a okna domu či auta.
- ▶ Po přistání se k vrtulníku nepřibližujte, hrozí nebezpečí úrazu. Tím, že jste zavolali na tísňovou linku 155 a operátor vyhodnotil vaši výzvu jako ohrožení zdraví či života, byl aktivován záchranný řetězec profesionální zdravotnické pomoci. K vašemu blízkému míří profesionální záchrannáři.

Po příjezdu do nemocnice bude pacient podrobně vyšetřen. Vyšetření probíhají postupně a zaberou určitý čas, podle onemocnění či úrazu. Proto se snažte být trpěliví. Dříve než hodinu po odjezdu sanitky nemá význam telefonovat do nemocnice a zjišťovat aktuální informace. Váš blízký je v péči profesionálů.

▶ Návazná zdravotní a sociální péče po ukončení hospitalizace

V některých případech, s ohledem na zdravotní stav, je možné využít další návaznou zdravotní péči, jako rehabilitaci či fyzioterapii, popř. sociální péči.

Rehabilitací jsou myšleny veškeré činnosti, které vám pomohou znovu získat ztracené pohybové schopnosti či jinak napravit váš zdravotní stav. V odůvodněných případech je rehabilitace hrazena z prostředků zdravotního pojištění. Nebo si léčbu můžete zaplatit i sami. Navrhuje a doporučuje ji ošetřující lékař, případně další specialista (například internista, ortoped nebo neurolog). Aby byla rehabilitace částečně nebo zcela hrazena pojišťovnou, je nutné, aby vám daný lékař vypsals **poukaz na vyšetření/ošetření**.

Rehabilitace může být potřebná především v těchto situacích:

- ▶ Při poranění nebo absolvování operace centrálního a periferního nervového systému s poruchami pohyblivosti;
- ▶ Po amputaci končetin;
- ▶ Po operaci a poranění páteře, míchy a míšních obalů a disků, s poruchou motoriky;
- ▶ Po výskytu náhlé cévní mozkové příhody;
- ▶ U neurologických a ortopedických diagnóz;
- ▶ V případě neurotické, adaptační nebo psychosomatické poruchy;
- ▶ U lehké mozkové dysfunkce;

- ▶ V případě postižení zraku nebo sluchu;
- ▶ U dětské mozkové obrny (DMO);
- ▶ V případě poruch koordinace;
- ▶ U poruch řeči;
- ▶ U stavů po zánětech nebo traumatech.

Fyzioterapie je léčba směřující k udržení, podpoře a obnově maximální fyzické zdatnosti nebo stabilizace

Na webových stránkách <https://www.pardubickykraj.cz/pro-osoby-se-zdravotnim-postizenim> je k dispozici **Adresář poskytovatelů fyzioterapie, ergoterapie a rehabilitace na Pardubicku, Adresář služeb pro osoby s poruchou autistického spektra či Adresář pro osoby se sluchovým postižením a Adresář logopedické péče.**



osoby s vrozenou vadou, po nemoci nebo úrazu, s cílem vrátit jí ztracené schopnosti či funkce organismu.

V případě, že je vám nebo vašemu blízkému doporučena **lázeňská léčba ze zdravotních důvodů, je hrazena plně nebo částečně zdravotní pojišťovnou**. U částečné úhrady financuje zdravotní pojišťovna pouze léčebnou část a pobyt platíte samostatně. Pobyt

v lázních si můžete dopřát i bez lékařského předpisu, v takovém případě si hradíte veškeré náklady sami. Můžete přitom využít jak léčebné, tak i krátkodobé relaxační pobyty.

Pokud potřebujete **dlouhodobou zdravotní péči**, kterou není možné zajistit v nemocnici na tzv. akutním lůžku v rámci hospitalizace, popřípadě v domácím prostředí, může lékař rozhodnout o přemístění na následné lůžko ve zdravotnickém zařízení. Jednou z možností je i pobyt v **léčebně dlouhodobě nemocných - LDN** (viz kapitola **III Užitečné kontakty – 4 Zdravotnické služby v Pk**, str. 185). Jde o zařízení zajišťující lůžkovou péči, zejména pro starší pacienty s chronickými chorobami, jejichž zdravotní stav vyžaduje zdravotní péči, například u pacientů po úrazech, po cévních mozkových příhodách, s chronickými nemocemi srdce a cév a další. Pacient by do tohoto typu zařízení neměl být v žádném případě umístěn, pokud jsou hlavním motivem sociální důvody (pacient žije sám, příbuzní se o něj nechtějí starat, nejsou dostupné kapacity domovů pro seniory či jiných sociálních služeb a podobně). **Rozhodně se nejedná o náhradu pobytových sociálních služeb.**

Některá zdravotnická zařízení jsou zároveň poskytovateli sociálních služeb zajišťovaných ve zdravotnických zařízeních lůžkové péče. Jedná se o specifickou sociální službu pro osoby, které již nevyžadují lůžkovou péči, ale díky svému zdravotnímu stavu nemohou být bez pomoci a není možné je propustit ze zdravotnického zařízení. Tato služba je poskytována na nezbytně nutnou dobu, do chvíle, než je zajištěna potřebná péče jiným způsobem, například prostřednictvím blízké osoby nebo poskytováním sociální služby v domácím prostředí. V případě, že o vás bude pečovat osoba blízká (viz kapitola **19 Péče o osobu blízkou**, str. 79), je možné využít krátkodobé (ošetřování člena rodiny) či dlouhodobé ošetřovné, které se poskytuje z dávek nemocenského pojištění (viz kapitola **II Dávky a příspěvky – 6 Dávky nemocenského pojištění**, str. 113).

▶ Recepty, léky

Doplatky na léky a zdravotnické prostředky se v jednotlivých lékárnách a prodejnách liší. Důležitý není název léku nebo jeho výrobce, ale **účinná látka a její množství**. Pro nejběžnější onemocnění vždy existují léky plně hrazené, a tudíž bez doplatku pacienta.

U některých léčivých přípravků hrají roli **tzv. preskripční a indikační omezení**. To znamená, že je může předepisovat pouze lékař-specialista určené odbornosti (onkolog, revmatolog, gynekolog apod.). Takovéto léky jsou určeny jen vybraným skupinám pacientů.

Je-li lék hrazen pojišťovnou, lze **na jeden recept předepsat** více než jedno balení jednoho druhu léku. Může to být tolik léků, kolik je potřeba pro zajištění léčby pacienta do jeho další kontrolní návštěvy u ošetřujícího lékaře. Nejdéle jsou však léky předepisovány na dobu tří měsíců a zpravidla do počtu tří balení. Pokud vám předepisují léky různí lékaři, buďte při jejich užívání opatrní. Léky se stejnou účinnou látkou se mohou jmenovat různě, jejich vzájemné působení a hromadění látek ve vašem těle vám může uškodit. **Vždy informujte vaše lékaře o všech lécích, které užíváte, o radu můžete požádat i svého lékárníka.**

eRecept je lékařský předpis (recept) vystavený v **elektronické podobě**. Elektronická podoba znamená, že se údaje o předepsaném léku ukládají do tzv. Centrálního úložiště elektronických receptů. Každému eReceptu je přidělen unikátní identifikátor (kombinace číslic a písmen). V lékárně pak lékárník

načte identifikátor eReceptu a vydá vám předepsaný léčivý přípravek.

Lékař vám může eRecept vystavit v několika různých variantách. Nejčastěji se setkáte s **tzv. papírovou průvodkou**, která vypadá velice podobně jako původní papírové recepty. Díky elektronizaci vám však může místo papíru poslat recept do e-mailu, jako SMS zprávu či do speciální aplikace v mobilním telefonu. Záleží, jak se s vaším lékařem domluvíte. Platnost eReceptu je stejná jako u „klasických“ papírových receptů.

Bližší informace k eReceptům naleznete na webových stránkách *Státního ústavu pro kontrolu léčiv*.



V průběhu hospitalizace vám veškeré nezbytné léky poskytuje zdravotnické zařízení. Hradí je pojišťovna a jejich cena je zahrnuta v platbě za váš pobyt. Může se stát, že vám budou podávány jiné léky, než na které jste zvyklí, nicméně vždy musí obsahovat stejnou účinnou látku. Nemocnice vám zdarma nepodá přípravky, které zdravotní pojišťovna nehradí (například antikoncepci).

Není-li v lékárně k dispozici předepsaný počet balení, nebo jestliže jsou na receptu dva druhy léčivých přípravků, z nichž některý není k dispozici a ani nemůže být urychleně obstarán, vystaví lékárník na chybějící léčivý přípravek **výpis z receptu**. Na ten se vztahuje stejné ustanovení o době platnosti jako na původní recept. Doba platnosti výpisu se počítá ode dne jeho vystavení, čímž se vlastně prodlouží platnost původního předpisu. Výpis musí být samozřejmě pořízen v době platnosti původního receptu.

Některé léky jsou prodávány **bez receptu**. Tyto léky nehradí pojišťovna, o jejich užívání, zvláště dlouhodobém, je vhodné informovat svého lékaře nebo se poradit s lékárníkem.



16 Duševní onemocnění

Z dostupných dat Mezinárodní zdravotnické organizace vyplývá, že psychickými potížemi prochází každý druhý až třetí obyvatel evropského regionu.

Nejčastějšími onemocněními jsou deprese a úzkostné poruchy. Těmi trpí 12 % populace. Mezi vážná duševní onemocnění (používá se anglická zkratka SMI – Severe Mental Illness) patří schizofrenie a poruchy nálady.

Mezi další důležitá onemocnění lze zařadit závislosti a neurologická postižení, patří mezi ně ale i poruchy příjmu potravy, poruchy spánku, poruchy chování či poruchy osobnosti.

Duševní onemocnění ovlivňují myšlení člověka, jeho prožívání či vztahy s okolím. U některých poruch člověk ztrácí kontakt s realitou a vnímá ji zkresleným způsobem. To pak ovlivňuje i jeho chování. Problémem duševních potíží je, že nemocným zasahují téměř do všech důležitých oblastí života, jako jsou práce, rodina, vztahy či seberealizace. A pro úspěšné zotavení je nutná obvykle spojená zdravotní a sociální pomoc. Ta se nesoústředí pouze na vymizení projevů nemoci, ale na změny ve všech důležitých oblastech života s cílem umožnit nemocným žít a vést plnohodnotný život. S tím také souvisí problém roz-

šířených předsudků o duševních nemocech a příliš velká míra stigmatizace lidí s psychickými potížemi. Ta brání včasné pomoci a mnohdy i v úplném zotavení. Přesto jde o běžnou životní zkušenost řady lidí. Při kvalitní spojené zdravotní a sociální podpoře je však zotavení v mnoha případech úspěšné. Přispívá k tomu bohatá a spolupracující síť zdravotních, psychologických a sociálních služeb, která je schopná pomoci lidem s nejrůznějším typem potíží.

► Praktické rady

- Každý typ duševního onemocnění vyžaduje specifickou péči. Někdy je těžiště péče v zdravotní oblasti, v jiných případech je důležitá psychoterapie nebo podpora v sociální oblasti. Pro různé typy obtíží také fungují specializované programy, třeba pro problémy závislostí, úzkosti či například mentální anorexii.
- Čím dříve vyhledáte pomoc, tím je lepší prognóza onemocnění. To platí stejně jako u jiných nemocí, nicméně díky studu a nepřijetí duševních nemocí okolím je doba, po kterou lidé s psychickými potížemi nevyhledávají pomoc, ne-

úměrně dlouhá. (Z výzkumných dat vyplývá, že v průměru více než 2 roky od prvních projevů.)

- I v případě psychických obtíží je možné a doporučené v první řadě navštívit praktického lékaře, který může pomoci s vyhledáním dalších specialistů či odborných služeb.
- Téměř ve všech lokalitách jsou dostupné terénní sociální služby, které vám usnadní kontakt s profesionály. Můžete se s nimi setkat u vás doma či na místě, které si sami zvolíte. Od roku 2018 působí takto i sociálně zdravotní služby tzv. **Center duševního zdraví**. Jejich součástí jsou také psychiatři a psychologové, kteří k vám mohou dorazit.
- Výše uvedené týmy nabízí rovněž službu „asertivního kontaktování“. Ta je potřebná ve chvíli, kdy sám nemocný není motivován pro spolupráci a aktivně pomoc nevyhledá. Ani ta sice není schopna vše vyřešit, ale může výrazně pomoci a předejít hospitalizacím proti vůli nemocného.

► Které služby mohou osobám s duševním onemocněním usnadnit život?

Komunitní týmy působí především v přirozeném prostředí (tedy komunitě) lidí, kteří službu potřebují. Nabízejí pomoc tam, kde si klient přeje. Kromě setkání doma jej mohou doprovodit k lékaři, na úřad či k soudu. Komunitní služby se v první fázi snaží zjistit, co vše nemocný potřebuje a následně mohou hrát roli zprostředkovatele jiných služeb nebo koordinátora potřebné péče. Zapojují podle potřeby další profesionály, od ambulantních lékařů až po veřejně dostupné služby, ale také bezprostřední okolí klienta, tedy rodinu či sousedy. Převážně jsou komunitní týmy složené ze sociálních pracovníků, ale v některých městech je dostupná sociálně zdravotní služba komunitního týmu v Centrech duševního zdraví. Ta poskytuje celistvou péči psychiatra, psychologa, zdravotních sester a sociálních pracovníků. Komunitní týmy úzce spolupracují se spádovými zdravotními službami (od lůžkových zařízení až po psychiatrické ambulance), s obecními úřady a s dalšími poskytovateli sociálních služeb.

Centra duševního zdraví vznikají v průběhu posledních 3 let a jsou zaměřena především na lidi s vážným duševním onemocněním, jejichž situace vyžaduje propojenou sociálně zdravotní péči. Mezi potenciální klienty Center duševního zdraví patří lidé, které trápí schizofrenie, poruchy nálady (deprese, mánie či bipolární porucha) a okrajově neurotické poruchy s chronickým průběhem a některé poruchy osobnosti. Centra duševního zdraví hrají důležitou roli v předcházení hospitalizací při akutní fázi onemocnění či pomoci při zotavení po návratu z hospitalizace. Nabízí asertivní práci a pomoc v kritických situacích.

► Zdravotní péče

První pomoc mohou lidé hledat u svého praktického lékaře. Pomůže především s posouzením, zda vyhledat specialistu – ambulantního psychiatra (když je nutná další zdravotní péče) nebo spíše psychoterapii (sice jde o službu hrazenou ze zdravotního pojištění, ale v mnoha případech za ni musí platit i klient) či sociální služby.

Ambulance psychiatrů vám mohou zorientovat se ve vašich potížích a vyšetření psychiatrem pak i stanovit správnou terapii. V mnoha případech

je nutná zdravotní péče (ta probíhá především léčbou farmakologickou). K návštěvě psychiatrické ambulance není potřebné doporučení praktického lékaře.

Psychoterapeutická pomoc je obvykle zaměřena na specifické potíže (úzkostné poruchy, deprese, poruchy osobnosti či vztahové potíže). Poskytuje se individuální, ale i skupinovou formou (v některých případech i formou uzavřených specializovaných programů, například pro závislosti nebo fobické poruchy). Psychoterapeuti také působí na odděleních nemocnic.

Lůžková psychiatrická péče slouží pro případ, kdy zdravotní stav člověka dosáhne meze, ve které o hospitalizaci sám požádá (dobrovolná hospitalizace), anebo může být hospitalizován proti své vůli (nedobrovolná hospitalizace). To je ovšem natolik výjimečná situace, že k ní lze přistoupit jen za přísně daných podmínek.

- Tento postup musí být vždy schválen soudem (do 24 hodin od události) a musí naplňovat ustanovení zákona o zdravotních službách a občanského zákoníku, které důvody nedobrovolné hospitalizace popisují a zvláště pro oblast duševních onemocnění.

- I v případě nedobrovolné hospitalizace je potřeba respektovat práva hospitalizovaného (Úmluva o lidských právech a biomedicíně).
- Z hlediska lékaře musí dojít k tomu, že vyhodnotí situaci jako nutnou pro poskytnutí neodkladné péče, ke které pacient není vzhledem ke svému stavu schopen dát souhlas a současně je nebezpečný sobě nebo svému okolí.

► Sociální služby

Služby sociální péče napomáhají lidem zajistit fyzickou a psychickou soběstačnost, s cílem podpořit život v jejich přirozeném sociálním prostředí a umožnit jim v nejvyšší možné míře zapojení do běžného života společnosti. V případě, kdy to vylučuje jejich stav, se pak snaží jim zajistit důstojné prostředí a zacházení. Každý má právo na poskytování služeb sociální péče v co nejméně omezujícím prostředí.

Terénní služby se zaměřují na podporu v přirozeném prostředí nemocných lidí. Je možné jich využít, když nemocný potřebuje péči doma, doprovod k lékaři, k soudu či na úřad. Vedle komunitních týmů sociálních pracovníků (obvykle jde o službu sociální rehabilitace), jsou dostupné služ-

by osobní asistence či pečovatelská služba. Mnohé jiné sociální služby nabízejí také pomoc terénní formou. Jde především o služby v oblasti zaměstnanosti či využití volného času a vzdělávání.

Ambulantní služby umožňují docházkové programy či schůzky v zařízení poskytovatele. Obvykle jsou zaměřeny na konkrétní témata, programy, jako jsou edukační programy (informace o nemoci a léčbě), nácvikové aktivity nebo programy pro volný čas.

Co je dobré vědět?

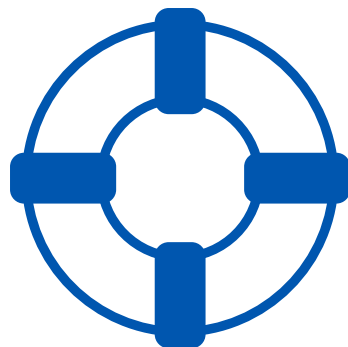
- Sociální pracovníci běžné pracují i na odděleních psychiatrie v nemocnicích a pomohou lidem v průběhu hospitalizace zorientovat se v jejich potřebách i s vyhledáním vhodné sociální služby po návratu domů.
- Terénní sociální služby za vámi mohou dorazit i do nemocnice v průběhu hospitalizace. Lze tak přímo poznat lidi, kteří vám pak budou pomáhat doma po návratu.
- V případě potřeby můžete kontaktovat rovněž sociální pracovníky obcí, kteří spolupracují s dalšími profesionálními sociálními službami a mohou vám pomoci najít tu správnou.

Specializované programy pro duševně nemocné (například pro lidi s poruchou osobnosti, poruchami příjmu potravy a podobně) jsou aktuálně na území České republiky dostupné jen na některých místech. Oblast závislosti řeší síť specializovaných zdravotních a sociálních služeb a postupně se rozrůstá. Nabízí ústavní péči, především formou dlouhodobých terapeutických programů, ambulantní centra a terénní práci, včetně programů předcházení rizik spojených s návykovým chováním.

Pro oblast dětské psychiatrie fungují specializované ambulance dětských psychiatrů a psychologů zaměřených na dětskou klientelu. Síť těchto služeb ale není dostatečná. Problémem je také centralizace péče do několika psychiatrických nemocnic či klinik. Je tak obvykle vázaná na velká města. Právě proto vláda přistoupila k reformě psychiatrické péče (více informací najdete na <http://www.reformapsychiatrie.cz>). Ta má za cíl přenést péči do přirozeného prostředí pacientů a zvýšit dostupnost služeb podle potřeby pro všechna duševní onemocnění. Měla by tak postupně vznikat dostupná síť služeb pro vážně duševně nemocné, děti a dospívající, lidi s návykovými nemocemi, seniory a tzv. forenzní

týmy. Ty nabízí pomoc lidem s duševní nemocí, kteří byli v souvislosti s tímto onemocněním odsouzeni.

Kontakty na komunitní týmy v Pardubickém kraji – viz kapitola č. *III Užitečné informace a kontakty – 3 Sociální služby v Pk – Sociální rehabilitace*, str. 182.



17 Omezení svéprávnosti

► Svéprávnost

Svéprávnost je způsobilost právně jednat, tzn. nabývat pro sebe vlastním právním jednáním práva a zavazovat se k povinnostem. Plné svéprávnosti nabývá člověk zletilostí, tedy dovršením 18 let. Nezletilý tedy není plně svéprávný, ale je způsobilý jen k takovým právním jednáním, která jsou svou povahou objektivně přiměřená rozumové vyspělosti jeho vrstevníků. Není-li osoba plně svéprávná, je její právní jednání, ke kterému není způsobilá, neplatné.

► Nabytí svéprávnosti před dosažením zletilosti

Před nabytím zletilosti se plná svéprávnost získává jejím **přiznáním** nebo **uzavřením manželství**. Svéprávnost před nabytím zletilosti může **přiznat** jen soud, a to v případě, že nezletilý dosáhl 16 let, se souhlasem nezletilého a jeho zákonného zástupce. Žadatel o svéprávnost musí prokázat schopnost samostatně se živit a obstarávat si své záležitosti. Plnou svéprávnost má možnost nabytí i ve chvíli, když je to z vážných důvodů v jeho zájmu.

Uzavřením manželství lze získat plnou svéprávnost, dosáhl-li nezletilý 16 let. V takovém případě se svéprávnost neztrácí ani případným zánikem manželství a ani jeho prohlášením za neplatné.

Člověka nelze zcela zbavit svéprávnosti, ale pouze ji omezit.



► Podmínky omezení svéprávnosti

- Musí být v zájmu člověka, jehož se týká a pouze tehdy, pokud mu hrozí závažná újma a není možné využít mírnější a méně omezující opatření.
- Musí být jen v rozsahu, v jakém člověk pro duševní poruchu, která není pouze přechodná, pozbývá schopnosti právně jednat.
- Lze omezit jen na dobu určitou, nejdéle na dobu 3 let. Je-li zjevné, že se stav člověka v této době nezlepší, může soud svéprávnost omezit na dobu delší, nejdéle však na 5 let. Uplynutím doby omezení svéprávnosti právní účinky omezení zanikají. Zahájí-li se však v této době řízení o prodloužení omezení svéprávnosti, trvají právní účinky původního rozhodnutí až do doby nového rozhodnutí, nejdéle však jeden rok.

Méně omezující opatření



Předběžné prohlášení – projev vůle člověka formou veřejné či soukromé listiny, kdy v očekávání vlastní *nezpůsobilosti právně jednat* projeví vůli, aby byly jeho záležitosti spravovány určitým způsobem, případně aby je spravovala určitá osoba, eventuálně aby se určitá osoba stala jeho *opatrovníkem*.

Nápomoc při rozhodování, resp. podpůrce – je jedním z podpůrných opatření při narušení *schopnosti* člověka *právně jednat*. Jeho účelem je zajistit člověku s *duševní poruchou* dostatečnou míru možnosti svobodně jednat na základě jeho vůle a v rámci jeho možností, aniž by byly ohroženy jeho zájmy. Člověk, který poskytuje nápomoc při rozhodování, se označuje jako podpůrce a ten, který pomoc přijímá, jako podporovaný. Tuto formu zastoupení, tj. smlouvu o nápomoci, schvaluje soud.

Zastoupení členem domácnosti představuje způsob ochrany oprávněných zájmů osoby, které brání duševní porucha samostatně právně jednat a nemá jiného zástupce, opatrovníka nebo správce majetku. Zástupcem může být jedna nebo více z těchto osob: potomek, předek, sourozenec, manžel, partner (ve smyslu zákona o registrovaném partnerství) nebo osoba, která se zastoupeným žila před vznikem zastoupení ve společné domácnosti alespoň tři roky. Ke vzniku zastoupení se vyžaduje schválení soudu. Zástupce může nakládat s příjmy zastoupeného v rozsahu potřebném pro obstarání obvyklých záležitostí, jak to odpovídá životním poměrům zastoupeného. S peněžními prostředky na účtu však může nakládat jen v rozsahu nepřesahujícím měsíčně výši životního minima.

Rozhodnutí o omezení svéprávnosti člověka nezabavuje práva samostatně právně jednat v běžných záležitostech každodenního života.



► Opatrovník v souvislosti s omezením svéprávnosti (hmotněprávní opatrovnictví)

Pokud dojde k omezení svéprávnosti, soud (viz *III Užitečné kontakty – 9 Okresní soudy*, str. 200) jmenuje opatrovníka a současně určí rozsah opatrovníkových práv a povinností. Osoba, které byl opatrovník jmenován, se na dobu trvání opatrovnictví stává **opatrovancem**. Při výběru opatrovníka přihlédne soud k přáním opatrovance a hledá nejvhodnější osobu. Nejprve se hledá v okruhu **blízkých osob** (fyzická osoba), přičemž tato osoba musí s výkonem funkce opatrovníka **souhlasit**. V případě, že soud nenajde vhodnou fyzickou osobu, jmenuje tzv. **veřejného opatrovníka** – obec, kde

má opatrovanec bydliště. Funkci veřejného opatrovníka nelze odmítnout a není vázána na souhlas jako u fyzické osoby.

Opatrovníkem nemůže být osoba, která je nezpůsobilá právně jednat a jejíž zájmy jsou v rozporu se zájmy opatrovance. Opatrovníkem nemůže být jmenován provozovatel zařízení, kde opatrovaná osoba pobývá nebo které mu poskytuje služby, případně osoba závislá na takovém zařízení.

► Jsem opatrovníkem

Pokud máte pravomocné rozhodnutí soudu, že jste se stal opatrovníkem, obdržíte následně **listinu o jmenování opatrovníkem**.

K tomu, abyste mohli opatrovnictví řádně vykonávat, musíte znát **rozsah**

Pokud opatrovnictví **vykonávat nechcete**, opatrovníkem se nestanete. Dotazuje-li se vás soud na to, zda jste ochoten vykonávat opatrovníka, je to možné jen s vaším souhlasem.

Pokud opatrovnictví **vykonávat chcete, ale nevíte, co přesně výkon opatrovnictví obnáší**, kontaktujte příslušný okresní soud, zpravidla vyššího soudního úředníka a žádejte podrobné vysvětlení výkonu opatrovnictví. Je vhodné domluvit si osobní schůzku.



Pamatujte také na to, že rozsudek je třeba **opatřit doložkou právní moci**. Soud automaticky neinformuje účastníky řízení o tom, že rozsudek nabyl právní moci. Můžete se dostavit na soud osobně a soud vám na stejnopis rozsudku vyznačí doložku právní moci (razítko). Rovněž můžete stejnopis rozsudku na soud zaslat a požádat o vyznačení doložky právní moci. V tomto případě nezapomeňte uvést adresu, na kterou vám má být rozsudek vrácen.



oprávnění a povinnosti opatrovníka. Některé životní oblasti zůstávají v kompetenci opatrovance, jiné vykonává opatrovník. Klíčový je rozsudek.

Pokud **nevíte, co máte dělat jako opatrovník**, je možné se obrátit na soud, který vás jmenoval jako opatrovníka. Můžete si domluvit schůzku s vyšším soudním úředníkem opatrovníckého soudu nebo můžete svůj dotaz zaslat soudu písemně. Při komunikaci se soudem nezapomeňte na uvedení spisové značky (je uvedena vpravo nahoře na listině o jmenování opatrovníkem).

Po celou dobu výkonu opatrovnictví je vhodné **spolupracovat s ošetřujícím lékařem, případně psychiatrem**, zejména v případech, kdy opatrovaná

osoba nemá tzv. náhled na svou nemoc a mohla by si způsobit újmu. Lékař následně rozhoduje o tom, zda je nutná hospitalizace v případě, že by hrozila újma opatrované osobě nebo jeho okolí.

Jako opatrovník máte možnost navázat spolupráci s terénním komunitním týmem Centra duševního zdraví (CDZ) – viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 3 Sociální služby v Pk – Sociální rehabilitace**, str. 182. Tyto týmy postupně vznikají ve všech okresních městech Pardubického kraje, působí v nich sociálně-zdravotní pracovníci, lékaři, kteří vám mohou pomoci při řešení zdravotně sociální situace opatrované osoby.

Pokud řešíte sociální situace opatrované osoby, potřebujete pomoc při

Pokud již opatrovnictví v **minulosti vykonával jiný opatrovník a došlo pouze k jeho změně**, je třeba požadovat od soudu též **konečné vyúčtování správy jmění** od tohoto opatrovníka (pokud vám ho nezaslal předchozí opatrovník).



hledání vhodné sociální služby nebo se zorientovat v sociálních dávkách, lze využít sociálního poradenství sociálních pracovníků na obcích (viz kapitola **III Užitečné kontakty – 1 Když nevíte kudy kam**, str. 132).

V případě řešení dalších situací se můžete obrátit na další odborníky – právníka, ekonoma, daňového poradce a podobně, jejichž služby jsou za úhradu.

► Již nechci být opatrovník

Pokud již nadále nechcete vykonávat opatrovnictví, je potřeba to sdělit soudu. Ten následně zahájí řízení o změně opatrovníka a bude hledat nového opatrovníka, nejprve z řad fyzických osob. Jestliže nenajde vhodnou osobu, jmenuje tzv. veřejného opatrovníka, kterým je zpravidla obec, kde má opatrovaná osoba bydliště.

Pokud je opatrovník současně pečující osobou, můžete zůstat nadále pečující osobou a opatrovnictví může vykonávat někdo jiný.

► Veřejné opatrovnictví

Veřejným opatrovníkem je právnická osoba, která je jmenována, pokud není nalezena jiná vhodná fyzická osoba.

Bydlištěm se rozumí místo, kde se člověk zdržuje s úmyslem žít tam a nemusí se vždy jednat o místo, kde je hlášen k trvalému pobytu.



Veřejným opatrovníkem je zpravidla obec, kde má opatrovaná osoba bydliště, anebo právnická osoba zřízená touto obcí k plnění úkolů tohoto druhu. Jmenování veřejného opatrovníka není vázáno na jeho souhlas, tak, jak tomu je u fyzické osoby.

Povinnosti fyzického a veřejného opatrovníka jsou stejné. Jasně je vymezuje zákon. Opatrovník je o nich poučen ze strany soudu.

► Povinnosti opatrovníka

Každý opatrovník má tzv. **obecné povinnosti** uvedené v občanském zákoníku a **povinnosti konkrétní**, jejichž rozsah odpovídá rozhodnutí o omezení svéprávnosti.

Obecné povinnosti

- udržovat s opatrovanou osobou vhodným způsobem a v potřebném rozsahu pravidelné spojení;
- projevovat o opatrovanou osobu skutečný zájem;

- ▶ dbát o jeho zdravotní stav;
- ▶ starat se o naplňování práv opatrované osoby;
- ▶ chránit její zájmy;
- ▶ vysvětlit opatrované osobě srozumitelně povahu a následky rozhodnutí, rozhoduje-li opatrovník o záležitostech opatrované osoby;
- ▶ jedná osobně. Dalšího zástupce může pověřit, je-li to se zastoupeným (opatrovanou osobou) ujednáno nebo vyžaduje-li to nutná potřeba, odpovídá však za řádný výběr jeho osoby.

Pokud dojde k závěru, že opatrovaná osoba potřebuje jiný rozsah pomoci, musí podle toho jednat (například podá návrh na soud na změnu omezení svéprávnosti či oprávnění opatrovníka).



18 Invalidita

Invalidita je ztráta nebo snížení pracovní schopnosti. Vzniká obvykle důsledkem vážné nemoci či úrazu. Osoby mají možnost si požádat o **invalidní důchod**; jehož výše se odvíjí mimo jiné od stupně invalidity (viz kapitola *II Dávky a příspěvky – 7 Dávky důchodového pojištění*, str. 121).

Rozlišujeme 3 stupně invalidity:

- ▶ **Invalidita 1. stupně** v případě poklesu pracovní schopnosti nejmeně o 35 %.
- ▶ **Invalidita 2. stupně** v případě poklesu pracovní schopnosti nejmeně o 50 %.
- ▶ **Invalidita 3. stupně** v případě poklesu pracovní schopnosti nejmeně o 70 %.

Pro nárok na invalidní důchod musíte splňovat tyto podmínky:

- ▶ Jste mladší než 65 let a ke dni vzniku invalidity nesplňujete nárok na starobní důchod nebo vám byl starobní důchod přiznán, ale vy nemáte důchodový věk;
- ▶ Jste invalidní;
- ▶ Máte potřebnou dobu pojištění pro vznik nároku.

Pokud vám vznikla plná invalidita před dosažením 18 let, může vám být

přiznán zvláštní druh invalidity – **invalidita z mládí**. V tomto případě nemusíte mít žádnou dobu pojištění.

K prokázání invalidity potřebujete **posudek o zdravotním stavu**. Zda váš zdravotní stav odpovídá některému stupni invalidity, posuzuje lékař referátu lékařské posudkové služby pověřený posuzováním zdravotního stavu pro příslušnou správu sociálního zabezpečení. Eventuální přezkum provádí posudková komise ministerstva práce a sociálních věcí. Posudek obsahuje kromě jiného i účel, výsledek a jeho odůvodnění, výčet rozhodujících podkladů o zdravotním stavu, míru poklesu pracovní schopnosti s dodatkem, zda se jedná o dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav. Posudek rovněž stanovuje možnosti využít zachovanou pracovní schopnost (u 2. stupně) nebo případné varianty výdělečné činnosti za zcela mimořádných podmínek (u 3. stupně).

O tom, zda jste či nejste invalidní, se správním rozhodnutí nevydává. Správní řízení rozhoduje o vašem nároku na invalidní důchod – správním orgán musí odkázat také na posudek o zdravotním stavu.

I osoby se zdravotním postižením mohou být pracovně aktivní. Ani osoby s přiznanou invaliditou (jakéhokoliv stupně) nejsou omezeny ve výdělečné

činnosti žádným zákonem. Osoba invalidní ve třetím stupni však většinou nemůže být uchazečem o zaměstnání a tedy ani využívat podporu v nezaměstnanosti (s výjimkou fyzické osoby, která je invalidní ve třetím stupni a je schopna výdělečné činnosti za zcela mimořádných podmínek). I tyto osoby, které nemohou být uchazečem o zaměstnání, mohou s úřadem práce (s poradcem OZP) spolupracovat – např. pokud hledají pracovní uplatnění.

► Zaměstnávání osob se zdravotním postižením a osob znevýhodněných na trhu práce

Osoby se zdravotním postižením mají podle zákona na trhu práce zvýšenou ochranu.

Více informací k zaměstnávání osob se zdravotním postižením najdete

na webu: <https://www.uradprace.cz/web/cz/zamestnavani-ozp>.

Za **osoby se zdravotním postižením** jsou považovány osoby, které jsou:

- Invalidní ve 3. stupni (osoby s těžším zdravotním postižením);
- Invalidní v 1. nebo ve 2. stupni;
- Zdravotně znevýhodněné;
- **Osoby, které** podle posouzení orgánu sociálního zabezpečení **již nejsou invalidní (a to po dobu 12 měsíců od tohoto posouzení)**.

Zaměstnavatelé, kteří mají více než 25 zaměstnanců v pracovním poměru, mají **povinnost** ze zákona zajistit, aby minimálně 4 % jejich zaměstnanců byly osoby se zdravotním postižením. Tuto povinnost mohou zaměstnavatelé splnit také jinými (**náhradními způsoby plnění**), například **odběrem výrobků nebo služeb od takzvaných chráněných**

Zdravotně znevýhodněnou osobou je fyzická osoba, která může vykonávat soustavné zaměstnání nebo jinou výdělečnou činnost, ale její schopnosti být (nebo zůstat) pracovní začleněna, případně vykonávat dosavadní povolání či využít současnou kvalifikaci nebo kvalifikaci získat, jsou z důvodu **dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu** podstatně omezeny.

Za **dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav** se pro účely zákona o zaměstnanosti považuje takový zdravotní stav, který podle poznatků lékařské vědy má trvat déle než jeden rok a podstatně omezuje tělesné, smyslové nebo duševní schopnosti, a tím i schopnost pracovního uplatnění.



Seznam dodavatelů náhradního plnění v kraji podle okresů je k dispozici na webu:

<https://www.uradprace.cz/web/cz/seznam-dodavatelu-nahradniho-plneni>.



dílen (poskytovatelů náhradního plnění), případně odvedením příslušné (její výpočet je dán zákonem) finanční částky do státního rozpočtu. Možné jsou i kombinace jednotlivých způsobů plnění. Nesplnění této povinnosti je považováno za porušení zákona a stát může vyměřit zaměstnavateli pokutu.

► Pracovní rehabilitace

Osoby se zdravotním postižením nebo osoby v pracovní neschopnosti (podle zákona o zaměstnanosti) mohou požádat na úřadu práce o **pracovní rehabilitaci**. Tato služba napomáhá při hledání a udržení vhodného zaměstnání či obnovení pracovních návyků, a to s ohledem na váš zdravotní stav. Zahnuje činnosti, které mají osobám se zdravotním postižením usnadnit vstup na otevřený nebo chráněný trh práce.

Jednou z forem pracovní rehabilitace je například **příprava k práci**, která umožňuje i zapracování na vhodném pracovním místě. Vedle této možnosti lze využít také **individuální či skupinové poradenství** poskytované

specializovanými poradci, **zprostředkování zaměstnání, specializované re-kvalifikační kurzy** či další typy aktivit podle potřeb účastníka. Více informací najdete také na webu: <https://www.uradprace.cz/pracovni-rehabilitace-5>.

Pracovní rehabilitace se kromě osob se zdravotním postižením a úřadu práce účastní i další subjekty – zástupci poskytovatelů sociálních služeb, jiných neziskových organizací, lékařů atd. Informace a kontakty na odpovědné pracovníky příslušných pracovišť Úřadu práce ČR, jež pracují s osobami se zdravotním postižením a zaštiťují i pracovní rehabilitaci v Pardubickém kraji, jsou k dispozici na webu: <https://www.uradprace.cz/web/cz/poradenstvi-pro-ozp-pracovni-rehabilitace>.

V Pardubickém kraji se konají **okresní burzy práce pro osoby se zdravotním postižením**, kde se zájemci z řad veřejnosti a uchazečů o zaměstnání mohou seznámit s obsahem činností jednotlivých firem zaměstnávajících osoby se zdravotním postižením a případnou nabídkou volných pracovních míst.

V rámci aktivní politiky zaměstnanosti se mohou zapojit uchazeči a v některých případech i zájemci o zaměstnání do **celorepublikových a regionálních individuálních projektů** Úřadů práce ČR, jejichž cílem je pomoci účastníkům při hledání zaměstnání sladit jejich zdravotní stav s pracovním životem. Bližší informace vám poskytnou příslušná pracoviště Úřadu práce ČR.



► Pracovní místo pro osobu se zdravotním postižením

Jedná se o pracovní místa zřízená zaměstnavatelem (i na volném trhu práce) pro osoby se zdravotním postižením na základě písemné dohody s Úřadem práce ČR. Dále jsou pracovní místa pro osoby se zdravotním postižením vytvářena v rámci chráněného trhu práce. Ten se skládá ze zaměstnavatelů, kteří zaměstnávají více než 50 % osob se zdravotním postižením z celkového počtu svých zaměstnanců a se kterými Úřad práce ČR uzavřel písem-

nou dohodu o jejich uznání za zaměstnavatele na chráněném trhu práce.

Lidé s onemocněním chtějí pracovat, ale uplatnění shánějí mnohdy těžce. Jejich schopnosti získat a zachovat si **zaměstnání** jsou přitom z různých důvodů omezeny do té míry, že potřebují dlouhodobou a průběžně poskytovanou podporu před i po nástupu do práce. V případě pracovního místa pro osobu se zdravotním postižením je uzavřen s osobou se zdravotním postižením pracovní právní vztah v souladu se zákoníkem práce. Za odvedenou práci jí náleží odměna formou mzdy nebo platu.

Osoby se zdravotním postižením mohou využít služby **sociální rehabilitace**, které pomáhají rozvíjet jejich schopnosti, dovednosti, posilují jejich pozitivní návyky a nacvičují běžné činnosti, jež jsou nezbytné pro samostatný život. Další možností, kde můžete rozvíjet svůj potenciál v pracovní oblasti, jsou **sociálně terapeutické dílny**. Ty jsou vhodné v případě, že váš zdravotní stav aktuálně neumožňuje pracovat na otevřeném ani chráněném trhu práce. Kontakty na tyto služby naleznete v kapitole **III Užitečné kontakty a informace** – 3 **Sociální služby v Pk**, str. 145.



19 Péče o osobu blízkou

► Jsem neformální pečující

Jako domácí, laická či neformální péče je označovaná péče o blízkého člověka, který potřebuje pomoc druhé osoby z důvodu stáří, zdravotního postižení nebo dlouhodobé nemoci.

Pokud se rozhodnete pečovat o svého blízkého, zjistěte si maximum informací o příslušném zdravotním problému. Zeptejte se ošetřujícího lékaře na vše, co vás zajímá, ujasněte si, jaká je očekávaná délka péče a co bude pravděpodobně obnášet.

Nezůstávejte v této situaci sami, zajímejte se aktivně o možnosti řešení. S péčí o svého blízkého se podělte a zapojte do ní i své okolí. S důvěrou se obraťte na členy své širší rodiny, sousedy a známé a s ohledem na jejich možnosti se společně nebo i jednotlivě domluvte na tom, co kdo může v péči o vašeho blízkého udělat. Pravidelnost je důležitá, ale přijměte i náhodnou jednorázovou pomoc.

V domácím prostředí můžete vedle neformální péče využít jak **sociální služby, tak zdravotní služby**, které lze s vaší péčí různě kombinovat. S vhodným nastavením péče vám pomůže zdravotně sociální pracovník nemocnice (v případě ukončení hospitalizace),

sociální pracovník obce či poskytovatel sociální služby (více viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace**, str. 130).

Pokud je potřeba po propuštění z nemocnice pokračovat v rehabilitaci, může se odehrávat i v domácím prostředí (viz kapitola **15 Nemoc v průběhu života a zdravotní péče**, str. 54).

► Pomůcky, které pomohou s péčí

Nezapomeňte, že se na pečování můžete připravit a **využít různé kompenzační a rehabilitační pomůcky, které péči výrazně usnadní**. Cílem je dosáhnout co možná největšího komfortu osoby, o kterou pečujete, aby s pomůckami co nejlépe zvládala stejné denní úkony jako dříve. Zároveň správné vybavení zjednoduší práci pečující osobě a zvýší kvalitu péče a může výrazně prodloužit čas, kdy se lze o člověka starat v domácím prostředí bez využití pobytových sociálních služeb.

Je vhodné upravit domácí prostředí, v němž budete péči zajišťovat. Věcmi, kterými lze zlepšit kvalitu života vám nebo vašemu blízkému, o něhož pečujete, mohou být například:

- polohovací postel;
- madla;

- ▶ matrace, polštáře a pomůcky k polohování;
- ▶ sedací vaky;
- ▶ nástavce na WC;
- ▶ sedátka do vany či sprchy;
- ▶ chodítka, hole, berle;
- ▶ návleky na sádku;
- ▶ protiskluzové podložky.

Pokud nemáte k dispozici vlastní kompenzační či zdravotní pomůcku, využijte možnosti **zapůjčení kompenzačních pomůcek** za poplatek. Můžete je využít do doby, než si pořídíte vlastní.

Pokud zdravotní stav osoby vyžaduje trvalé nebo přechodné používání konkrétní kompenzační pomůcky (zdravotnického prostředku), ošetřující lékař na základě vyšetření vystaví poukaz na vhodnou pomůcku (**poukaz na léčebnou a ortopedickou pomůcku**). Zdravotnické prostředky jsou hrazeny zdravotní pojišťovnou, a to v plné výši nebo částečně (seznam zdravotnických prostředků vydává Státní ústav pro kontrolu léčiv). Jestliže lékař předepíše zdravotnický prostředek, na jehož úhradu se podílí též pacient, je povinen na tuto skutečnost upozornit. Pokud je u předepsané pomůcky nutný souhlas revizního lékaře příslušné zdravotní pojišťovny, ošetřující lékař vypíše i pří-

slušnou žádanku. Společně s poukazem je nutné oba tyto dokumenty předat ke schválení pojišťovně, která územně spadá ke zdravotnickému zařízení.

V případě, že pečujete o osobu s inkontinencí, konzultujte tuto situaci s jejím ošetřujícím lékařem.

Některé kompenzační pomůcky nejsou hrazeny ze zdravotního pojištění, ale stát na ně poskytuje prostřednictvím sociální dávky **příspěvek na zvláštní pomůcku**, který patří pod dávky pro osoby se zdravotním postižením (viz kapitola *II Dávky a příspěvky – 5 Dávky pro osoby se zdravotním postižením*, str. 109). Zvláštní pomůcky zahrnují například pořízení či úpravu automobilu, stavební úpravy spojené s uzpůsobením koupelny a WC, nájezdové ližiny, zvedací plošiny, pomůcky pro ovládání počítače, komunikaci, různé signalizační a orientační systémy, vodícího psa apod.

Jestliže se vám ani po využití možností příspěvků od státu a od zdravotní pojišťovny nedostávají peníze na pomůcku, kterou potřebujete, zkuste se obrátit se žádostí na některou z **nadací** (odkaz na *III Užitečné kontakty a informace – 8 Nadace*, str. 200). Měla by obsahovat vaše základní údaje, stručný popis vaší životní situace, zdravotního stavu, na co příspěvek žádáte a co vám

případný příspěvek od nadace pomůže ve vašem životě vyřešit či zlepšit.

Neuspějete-li ani u nadací, zkuste hledat sponzora mezi podnikateli či firmami a podobně.

▶ Příspěvek na péči a sociální dávky

V rámci systému základních sociálních dávek je možné pro vašeho blízkého zažádat o **příspěvek na péči** (viz kapitola *II Dávky a příspěvky – 4 Příspěvek na péči*, str. 106). Ten náleží osobám, které se při zvládnání základních životních potřeb neobejdou bez cizí pomoci. Příspěvek na péči slouží k zajištění pomoci a péče o tyto osoby, a to buď prostřednictvím péče blízké osoby, asistenta sociální péče nebo sociální služby. Vyřízení může trvat i několik měsíců, ale příspěvek je přiznáván ke dni podání žádosti. Zpětně vám tedy bude proplacen za celé období, v němž jste péči vykonávali. Podání žádosti neodkládejte a obraťte se na příslušné pracoviště Úřadu práce ČR podle trvalého pobytu osoby, o které je pečováno.

V případě potřeby může pečující osoba využít **krátkodobé** (ošetřování člena rodiny) či **dlouhodobé ošetřovné**, které se poskytuje z dávek nemocen-

ského pojištění (viz kapitola *II Dávky a příspěvky – 6 Dávky nemocenského pojištění*, str. 113). Žádosti o tyto dávky vyřizuje Česká správa sociálního zabezpečení (ČSSZ) – viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 6 Česká správa sociálního zabezpečení*, str. 199. Na ČSSZ se můžete rovněž obracet se žádostmi o důchody, započtení doby péče jako odpracované do důchodu po ukončení péče a podobně.

Berete-li si blízkého domů mimo jeho bydliště, doposud s vámi nebydlel a je příjemcem nějakého důchodu, pak je dobré změnit na **České správě sociálního zabezpečení** jeho adresu. Pokud není schopen přijímat důchod z důvodu svého zdravotního stavu, může obecní úřad ustanovit tzv. **zvláštního příjemce důchodu**.

▶ Rady pro neformální pečující

Pro neformální pečující je k dispozici přehledně zpracovaná brožura *Jak na péči?*, která byla vytvořena Fondem dalšího vzdělávání a spolupracujícími subjekty. Slouží k lepší orientaci v možných úskalích péče o blízkou osobu. Její přílohou je kontaktní list institucí v Pardubickém kraji, jež poskytují podporu neformálním pečujícím. Najdete

je i na stránkách Pardubického kraje <https://www.pardubickykraj.cz/socialni-prace> (Pro pečující osoby).

Rady, jak pečovat o osobu blízkou, jsou dostupné na webových stránkách *Diakonie ČCE*. Zde jsou publikovány podrobné popisy technik péče, návody, videa a celé příručky věnované péči. Diakonie ČCE pořádá také kurzy a pravidelná setkávání laických pečujících osob formou tzv. podpůrných skupin. V nich dochází mezi účastníky ke sdílení a výměně zkušeností, jak lépe zvládnout a vyrovnat se s náročnou pečovatelskou rolí při péči o své blízké.

Obdobně je možné využít také rady a pomoc jednoho z prvních propagátorů domácí péče u nás. Tím je *Moravskoslezský kruh*. V roce 2019 ukončil spolupráci s *Diakonií ČCE* a pokračuje samostatně pod názvem **Pečujeme doma** a nadále rozvíjí svou činnost v oblasti domácího pečování a sdílené péče. Jde zejména o poradenství, informační a ediční činnosti, vzdělávání laiků i profesionálů a podobně.

Brožura pro neformální pečující i edukační program je k dispozici také na stránkách České asociace pečovatelské služby (<https://www.caps-os.cz/edukacni-program/>).

Pokud se rozhodujete, zda pečovat o svého blízkého doma a zvažujete, jestli tento náročný úkol zvládnete, mohou vám pomoci také přehledné stránky Institutu sociální práce, z. s. k péči v domácím prostředí. Více informací najdete na webu:

<https://zitdoma.cz/hledam-pomoc/>.

Na internetových stránkách *Pardubického kraje* je dostupný návodný přehled životních situací a doporučení, jak tyto situace řešit: <https://www.pardubickykraj.cz/jak-si-zaridit-socialne-zdravotni>.



► Tísňová péče

Tato péče zajišťuje osobám se sníženou soběstačností **bezpečí v domácím prostředí**. Jde o telefonickou pomoc v krizových situacích, a to prostřednictvím běžných telefonů, eventuálně speciálních zařízení s tísňovým tlačítkem. V případě nouze se osoba stiskem tlačítka nebo vytočením příslušného čísla spojí s nonstop dispečinkem, kde operátorky (speciálně vyškolené zdravotní sestry) zajistí pomoc. Tato pomoc spočívá například v tom, že:

- komunikují s osobou, případně ihned volají pomoc;
- podle situace kontaktují rodinu, lékaře, záchranku, hasiče nebo policii.

Tato služba je poskytována obvykle **dlouhodobě prostřednictvím specializované linky, kterou zřizují nejrůznější provozovatelé** (například obce, Život 90, Diakonie ČCE, Elpida) a hradí se za ni paušální měsíční poplatky. Pro její využití je třeba mít zapůjčené či zakoupené zvláštní zařízení (telefon s příslušenstvím). O cenách se informujte u příslušných poskytovatelů služby.

► Domácí zdravotní péče

V případě potřeby můžete využít i domácí zdravotní péči, kterou předepíše buď lékař při propuštění z nemocnice, nebo příslušný praktický lékař. Je určena člověku, jehož zdravotní stav mu neumožňuje navštěvovat ambulantní zdravotnická zařízení, ale dovoluje jeho ošetřování v domácím prostředí (není tedy nutný pobyt pacienta v nemocnici) a který potřebuje další odbornou péči.

Nejčastější situace, při nichž bývá vhodné využít služeb domácí zdravotní péče, jsou:

- převazy ran;
- aplikace injekcí;
- ošetření proleženin;
- rehabilitace (včetně například předoperační dechové rehabilitace);
- odběry krve;
- kontroly krevního tlaku a dalších životních funkcí;
- kontroly glykemií (hladin cukru v krvi);
- péče o pacienty s dočasnými nebo trvalými vývody ze střev nebo močovodu.

Domácí zdravotní péče je **hrazena zdravotní pojišťovnou**. Bližší informace vám sdělí lékař předepisující tuto službu. Péče může být využívána i bez předpisu lékaře, v tomto případě je však nutné ji zajistit z vlastních finančních prostředků.

► Kombinace neformální péče a sociálních služeb

Péče o vaše blízké v domácím prostředí je často velice náročná, a to jak psychicky, tak i fyzicky. Ne každý je schopen ji zvládnout. Pokud se na ni

Pečující osoba může využít také psychologickou pomoc

Krajský úřad navázal v roce 2019 užší spolupráci s BETHANY – Dům pomoci, z.ú. Tato organizace mimo jiné poskytuje psychologickou pomoc lidem v poproduktivním věku a rodinným pečujícím nacházejícím se v náročných životních situacích, doprovází umírající, proškoluje personál pracující nejen se seniory, ale i s osobami se zdravotním postižením. Bezplatná psychologická pomoc byla seniorům poskytována v rámci projektu Pardubického kraje. O aktuální dostupnosti bezplatné pomoci se informujte přímo v organizaci.

sami necítíte, není třeba dávat si za to vinu a brát to jako vlastní selhání.

Pokud se pro ni rozhodnete, jsou vám k dispozici **různé druhy sociálních služeb**. A to proto, abyste si mohli dopřát například nezbytný odpočinek, zařídit potřebné věci nebo odjet na dovolenou.

Nebojte se s výběrem vhodné sociální služby obrátit na sociální pracovníky obcí nebo přímo na sociální pracovníky poskytovatelů sociálních služeb. V případě končící hospitalizace kontaktujte zdravotně sociální pracovníky zdravotnického zařízení.

Sociální služby, které můžete využít k zajištění péče, jsou zpravidla poskytovány **za úhradu**. Maximální výše úhrad za jednotlivé činnosti jsou stanoveny *vyhláškou č. 505/2006 Sb.* Ceny lze nalézt i na webových strán-

kách konkrétních poskytovatelů sociálních služeb.

Mnozí poskytovatelé však nabízejí i další (doplňkové či nadstandardní) služby, za které si mohou účtovat částku podle svého uvážení. S nabídkou se vždy **pečlivě seznamte a nechte si vysvětlit, co přesně která služba znamená**, jak často ji můžete využívat a zda se k ní nevztahují nějaká omezení. Pokud se rozhodnete pro hrazenou sociální službu, konkrétní výše vašich plateb bude vždy uvedena ve smlouvě, kterou s poskytovatelem sociální služby uzavřete.

Každá sociální služba nabízí zdarma základní sociální poradenství, tj. pomůže vám zorientovat se v možnostech řešení vaší situace. Bezplatně jsou rovněž poskytovány služby odborného sociálního poradenství (viz

kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby*, str. 136).

► Terénní sociální služby

Pomáhají přímo v domácím prostředí.

Pečovatelská služba pomáhá lidem zvládnout běžné každodenní činnosti související s péčí o sebe nebo o svou domácnost (například s koupáním, se zajištěním jídla, s chodem domácnosti a podobně). Jejím cílem je ulehčit jim v tom, co sami lidé nezvládnou, tak, aby mohli zůstat doma a žít jako dříve.

Osobní asistence funguje podobně jako pečovatelská služba. Také pomáhá člověku v oblasti osobní péče, vedení domácnosti a podobně, ale je poskytována bez časového omezení a běžně i mimo domov, v prostředí, kde se člověk pohybuje, žije, pracuje, vzdělává a podobně. Jejím cílem je ulehčit lidem v tom, co sami nezvládnou, tak, aby mohli žít co nejvíce samostatně a tak, jak jsou zvyklí.

Bližší informace o těchto službách v místě vašeho bydliště vám podá sociální pracovník obce či přímo poskytovatel sociálních služeb (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 3 Sociální služby v Pk*, str. 145).

► Ambulantní sociální služby

Do ambulantních služeb osoba dochází nebo je dopravována. Během dne je o ni ve vymezenou dobu pečováno a odpoledne se vrací zpět do domácího prostředí.

Denní stacionáře a centra denních služeb jsou zařízení, kde je postaráno o osoby **s potřebou celodenní péče a podpory, které jinak pobývají doma se svou rodinou**. Za tyto služby platí klienti úhradu za péči a stravu, případně dopravu, je-li poskytovatelem nabízena.

► Odlehčovací služby

Lidé pečující o své blízké mohou využít odlehčovacích služeb, aby získali prostor pro nezbytný odpočinek či pro vyřízení svých osobních záležitostí (může se jednat např. i o podstoupení lékařského zákroku s následnou hospitalizací). Odpočinek je nutný k tomu, aby pečující osoba načerpala síly a mohla pokračovat v péči.

Odehčovací služba je poskytována různými formami: terénní, ambulantní či pobytovou. Lze ji využít k přechodnému pobytu osoby, o kterou pečujete. A to opakovaně, po dobu celého ka-

lendářního roku. Služba je placená. Maximální výši úhrady stanoví *vyhláška č. 505/2006 Sb.*

► Formální péče mimo domov

Jestliže nelze zajistit péči v domácím prostředí ani s podporou terénních či ambulantních služeb, je možné využít formální (institucionální) péči mimo domov.

V praxi je k dispozici **několik druhů pobytových sociálních služeb, kde je zajištěna částečná či celodenní 24hodinová péče.** Pobytové služby jsou určeny osobám, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.

O přijetí do pobytové služby se žádá přímo u poskytovatele sociální služby. **Zařízení si můžete svobodně vybrat** (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 3 Sociální služby v Pk*, str. 145). Vaše žádost může být odmítnuta pouze ze zákonných důvodů. Jedním z nich je i naplněná kapacita. Pokud poskytovatel odmítne uzavřít smlouvu o poskytování služby, máte právo požadovat písemné zdůvodnění.

V těchto službách se platí ubytování, strava a péče, která je hrazena z příspěvku na péči. Způsob úhrady péče se liší v jednotlivých službách.

Vyjma služby chráněného bydlení musí klientovi po odečtení nákladů na ubytování a stravu zůstat alespoň 15 % jeho příjmu (důchodu), resp. 25 % v případě týdenních stacionářů.

Rozsah služeb je vždy nastaven podle individuálních potřeb klientů, podporuje jejich samostatnost či udržení jejich dosavadních schopností a posiluje jejich sociální začleňování.

► Chráněné bydlení

Služba je poskytována osobám se sníženou soběstačností z důvodu zdravotního postižení, chronického nebo duševního onemocnění. Je spojena s bydlením a s potřebnou pomocí v oblastech, ve kterých osoba potřebuje. Byty chráněného bydlení jsou zpravidla umístěny v běžné zástavbě, lidé zde bydlí samostatně nebo spolu žijí s dalšími osobami. Lidé obývajcí chráněné byty zde mají k dispozici asistenci pracovníka služby, který podle potřeby do domácnosti dochází. Cílem této služby je podpořit člověka, aby žil běžným způsobem života. Služba je za úhradu podle skutečného rozsahu poskytované pomoci.

► Týdenní stacionáře

Služba je určena osobám se sníženou soběstačností z důvodu věku nebo zdravotního postižení a osobám s chronickým duševním onemocněním. Nabízí se zpravidla od pondělí do pátku, na víkend se lidé vrací do své rodiny.

► Domovy pro seniory

Služba je zaměřena na osoby, jejichž soběstačnost je snížena zejména z důvodu věku a jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby v zařízení sociálních služeb. Je k dispozici zpravidla seniorům nad 65 let.

► Domovy se zvláštním režimem

Služba je určena lidem se sníženou soběstačností z důvodu chronického duševního onemocnění nebo závislosti na návykových látkách, osobám se stařeckou Alzheimerovou nemocí a ostatními typy demencí. Služby v domovech se zvláštním režimem jsou přizpůsobeny specifickým potřebám klientů (například dezorientace).

► Domovy pro osoby se zdravotním postižením

Služba je nabízena osobám se sníženou soběstačností z důvodu zdravotního postižení (mentální, tělesné, smyslové či kombinované).



20 Péče o umírajícího

Péče o umírajícího se liší od běžné péče o nemocného v postupech i používání léků. Pokud umírající trpí bolestmi nebo péče o něj je nad síly jeho blízkých, je vhodné vyhledat odbornou pomoc. Specializovanou oblastí zdravotní péče zaměřenou na umírání je **paliativní (úlevná) péče**. Jejím cílem je zmírnit bolest a další tělesná a duševní strádání, zachovat pacientovu důstojnost a poskytnout podporu jeho blízkým. Pokud pečujete o umírajícího, i vy si zasloužíte pomoc a podporu, a to jak psychickou, tak praktickou. S využitím domácí hospicové péče může váš blízký zemřít důstojně a v domácím prostředí.

► Domácí hospicová péče

Domácí hospicová péče pomáhá lidem prožít důstojným způsobem a v rodinném kruhu poslední období života. Lékaři a sestry navštěvují pacienta doma, do péče je zapojena i rodina nemocného.

Péče vychází z přání a potřeb nemocného a jeho rodiny. Důležitá je i rodina nemocného, neboť poslední dny a týdny života jejich blízkého jsou náročné a vyčerpávající. Ošetřující rodině je nabídnuta podpora ve chvílích obav a nejistoty.

Nejčastěji přichází lékař a zdravotní sestry, pak sociální pracovníce, podle potřeby psychoterapeut, dobrovolníci (mezi nimi jsou například i lékaři specialisté: chirurg, oční lékař a zubař).

Lékař je k dispozici pacientovi vždy, kdy je třeba rozhodnout, změnit či nově nastavit léčbu. Pacient tak nemusí být ani při vážnějším zhoršení stavu převážen do nemocnice.

Domácí hospicová péče je **hrazena z veřejného zdravotního pojištění**, nicméně o aktuálním nastavení úhrad se informujte u vaší zdravotní pojišťovny či poskytovatele domácí hospicové péče. Některé úkony a činnosti nejsou z veřejného zdravotního pojištění hrazeny a klienti se podílí na jejich financování podle podmínek konkrétního poskytovatele.

Na území Pardubického kraje je nabízena také **dětská paliativní péče Energeia** – registrované nestátní zdravotnické zařízení. Zaměřuje se na komplexní péči o somatickou, psychickou i spirituální dimenzi nemocného dítěte. Zahrnuje také poskytování podpory rodině nemocného dítěte. Více informací najdete na:

<http://www.detskapaliativnipece.cz/>.

► Hospicová péče mimo domov

Místem, kde lze zajistit trvalou péči o umírajícího, jsou lůžkové hospice nebo paliativní lůžka ve zdravotnických zařízeních.

Lůžkový hospic je zdravotnické zařízení poskytující nepřetržitou péči pacientům ve stadiu nevléčitelné nemoci, kdy byly vyčerpány všechny ostatní možnosti léčby. Do hospice přichází těžce nemocný člověk ve chvíli, kdy je nutná paliativní léčba, ale rodina na fyzicky i odborně náročné ošetřování nestačí nebo domácí paliativní péči nemá k dispozici.

Hospicová lůžka nebo lůžka paliativní péče v jiných zdravotnických zařízeních mohou být provozována odborníky v paliativní péči v tzv. rodinných pokojích, například v nemocnici či léčebně dlouhodobě nemocných.

Pacienti jsou zpravidla v jednolůžkových pokojích s přistýlkou pro blízkou osobu. Mohou mít v pokoji své osobní věci, například televizi, rádio, oblíbený hrníček, obrázek, ale i mikrovlnnou troubu či varnou konvici.

Příbuzní a přátelé mohou nemocného navštěvovat bez omezení, podle jeho přání a potřeb a mají možnost ho doprovázet ve dne i v noci. Na návštěvy

lze přivádět i děti, pokud si to nemocný přeje.

Na rozdíl od klasického zdravotního zařízení ráno tyto osoby nikdo nebudí v určitou hodinu, mohou snídat, obědvat a večeřet podle svých možností a potřeb, strava je v takové podobě, jaká vyhovuje nemocnému (krájená, mletá, mixovaná). Každému, kdo se nemůže sám najíst, pomůže personál. Sestry a pečovatelky se starají o pitný režim.

Nemocný může podle svého přání pobyt v hospici kdykoliv ukončit anebo o přijetí do hospice znovu požádat.

Hospice nabízejí i **krátkodobé pobyty**, jejichž cílem je ulehčit pečující rodině, umožnit jí rekreaci a zotavení pro pokračování v další péči o nemocného doma.

Hospicová zařízení můžete vyhledat v **Národním registru poskytovatelů zdravotních služeb** nebo se informujte u vaší zdravotní pojišťovny. Kontakty na poskytovatele paliativní péče naleznete v kapitole **III Užitečné kontakty – 4 Zdravotnické služby v Pk**, str. 185).

► Pomůcky pro paliativní péči

Péči o umírajícího člověka může usnadnit řada pomůcek. Ty pomohou jak nemocnému k lepší kvalitě života,

Přijetí do hospice a úhrada



Požádat o **přijetí do hospice** může nemocný nebo jeho blízcí. Formulář žádosti o přijetí je možné najít na webových stránkách nebo si jej vyzvednout v hospici. K žádosti je třeba přiložit aktuální lékařskou zprávu a informovaný souhlas nemocného s umístěním do hospice a vše doručit osobně či poštou do hospice. V případě, že nemocný nemůže dát souhlas z důvodu zdravotního stavu, odůvodní žádost o umístění do hospice odesílající lékař. Ze zdravotního pojištění je financována zdravotní a ošetrovatelská péče. Na úhradě sociální složky péče a ubytování se podílí klient určitou částkou denně podle pravidel jednotlivých zařízení (k úhradě za péči je zpravidla využíván příspěvek na péči).

Poplatek může mít také podobu úhrady nadstandardních služeb. Zahrnuje například:

- ▶ nadstandardní vybavení pokoje (moderní polohovací lůžko s antidekubitní matrací, televizor);
- ▶ zázemí pro doprovázející osoby s posezením a možností občerstvení;
- ▶ individuální výběr stravy pro pacienty;
- ▶ nutriční přípravky.

tak pečujícím ke snadnější péči. Některé jsou dostupné v **půjčovnách kompenzačních pomůcek**, jiné je možné snadno získat na předpis u praktického lékaře, další musí předepsat odborný lékař, například neurolog či ortoped. S výběrem pomůcek vám pomůže lékař, poskytovatel hospicové péče, případně pracovníci sociálních služeb a sociální pracovníci obcí. Základní informace o kompenzačních

pomůckách naleznete v kapitole **19 Péče o osobu blízko**, str. 79.

▶ Úmrtí a pohřeb

Zemře-li váš blízký doma, je vaší povinností přivolat lékaře, který konstatuje úmrtí. Prohlídku těla zemřelého je třeba provést vždy. Má zjistit smrt osoby, pravděpodobné datum, čas a příčinu smrti a určit, zda bude provedena

pitva. Prohlídky těl zemřelých jsou povinni zajišťovat především **praktičtí lékaři**. Pokud ji nebude schopen provést váš registrující praktický lékař, může ho zastoupit **lékař Zdravotnické záchranné služby** Pardubického kraje, se kterou má Pardubický kraj pro tyto účely uzavřenou smlouvu.

Následně kontaktujte pohřební ústav, jemuž je nutné při sjednávání pohřbu doložit **list o prohlídce mrtvého**. Ten vyplňuje praktický lékař nebo lékař lékařské služby první pomoci.

Při **úmrtí v nemocnici** nebo jiném zdravotním zařízení vystaví místní lékař **ohledací list**, zemřelého obvykle převezou na patologii (pokud je nařízena pitva), případně zavolají pohřební službu (podle zákona) a informují rodinné příslušníky. Osobní věci zemřelého si musí vyzvednout někdo z jeho příbuzných.

Zemře-li člověk v **pobytových službách sociální péče** (týdenní stacionáře, domovy pro osoby se zdravotním postižením, domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem), zajišťují a nesou náklady spojené s uložením lidských pozůstatků po dobu nejvýše 48 hodin od úmrtí tato zařízení. Po uplynutí této doby nese náklady vypravitel pohřbu.

Převoz zemřelého a vyzvednutí nutných dokumentů většinou vyřizuje

pohřební služba. **Pohřební službu si vybírá sama rodina**. Kontaktovat lze kteroukoliv pohřební službu nezávisle na místě úmrtí. Jedním z kritérií vašeho výběru může být tzv. znak kvality, který na dobu určitou propůjčuje pohřebním službám Sdružení pohřebnictví (www.pohrebnictvi.cz).

Úmrtní list vystaví matrika příslušná podle místa úmrtí, nikoliv podle trvalého bydliště. Vystavení trvá 1-3 dny.

Smuteční obřad je jednou z posledních služeb, kterou můžeme zesnulému prokázat.

Platba pohřbu se zpravidla provádí při objednávce. Základní cena se může pohybovat v rozmezí 15 až 20 000 korun podle konkrétního pohřebního ústavu a v závislosti na požadovaných službách. Jako objednavatel pohřbu jste zákazník a pohřební službě budete za obřad platit. Není třeba si tedy nechat vnutit úkony, například hudbu či obřadnosti, které se vám nelíbí.

V některých případech máte nárok na jednorázový příspěvek ve výši 5 000 Kč, tzv. **pohřebné** – viz kapitola **II Dávky a příspěvky – 1 Dávky státní sociální podpory**, str. 98). Ten je určen tomu, kdo vypraví pohřeb nezaopatřenému dítěti nebo rodiči nezaopatřeného dítěte.

Běžně se provádějí tři varianty pohřbu:

- ▶ **Zpopelnění bez obřadu** – zpopelnění bez provedení smutečního obřadu v obřadní síni.
- ▶ **Zpopelnění s obřadem** – rozloučení v obřadní síni nebo v kostele s následným zpopelněním (kremací).
- ▶ **Pohřeb s uložením do země** – rozhodnete-li se pro klasický církevní pohřeb a následné uložení do země, vyhledejte příslušného faráře nebo kněze a domluvte s ním podrobnosti.

Bližší informace o možnostech pohřbu, konkrétních cenách a dalších službách vám vždy poskytne vybraná pohřební služba.

Dojde-li k **úmrtí příjemce důchodu**, není třeba informovat Českou správu sociálního zabezpečení, tuto povinnost mají úřady pověřené vedením matrik. Pokud jste byli **osobou blízkou poskytující péči** zemřelému, který byl **příjemcem příspěvku na péči**, máte povinnost úmrtí ohlásit Úřadu práce ČR ve lhůtě 8 dnů ode dne úmrtí.

Osobní doklady (občanský průkaz, řidičský průkaz, průkaz pojištěnce, cestovní pas, průkaz osoby se zdravotním pojištěním) vraťte instituci, která doklad vydala.

Zjistěte, zda z účtu zemřelého odcházely pravidelné platby, které je nutné dále hradit a případně zajistěte jejich platbu tak, aby nedošlo ke vzniku dluhu, odpojení energií apod. Energie a další služby spojené s domácností můžete přepsat na jinou osobu, abyste měli kontrolu nad jejich hrazením.

Manželce, manželovi nebo nezaopatřenému dítěti náleží **vdovský, vdovecký a sirotčí důchod** – viz kapitola **II Dávky a příspěvky – 7 Dávky důchodového pojištění**, str. 121.

Po úmrtí je zahájeno **dědické řízení** na základě informace z matriky, přičemž okresní soud podle trvalého bydliště zemřelého pověří konkrétního notáře, který povede dědické řízení. Jakmile notář obdrží od soudu pověření a spis, pozve k předběžnému šetření osobu, která je uvedena jako vypravitel pohřbu. Předpokládá se totiž, že ten, kdo se postaral o pohřeb, může disponovat informacemi o potenciálních dědicích, příbuzných či majetku.

21 Jsem cizincem a žiji v ČR

Pokud jste cizinec a potřebujete poradit, můžete využít služeb *integračních center* či nevládních neziskových organizací (NNO). Tyto organizace poskytují právní a sociální poradenství, vzdělávací kurzy, asistenci při kontaktu s úřady nebo pomoc v nouzi. Jejich služby jsou zdarma, neboť jsou finančně podporovány státem, místní samosprávou, fondy EU či z dalších zdrojů (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby**, str. 136).

▶ Podmínky pro vstup a pobyt v ČR

Otázka pobytu se vždy řídí zákonem č. 326/1999 Sb. o pobytu cizinců. Podmínky pro vstup občanů EU i občanů mimo EU a veškeré další informace týkající se pobytu jsou uvedeny v informacích pro cizince na stránkách Ministerstva vnitra ČR.

Informace pro **trvalý pobyt** naleznete na stránkách Ministerstva vnitra ČR nebo na [www: https://trvaly-pobyt.cestina-pro-cizince.cz/index.php?p=informace-o-zkousce&hl=cs_CZ](https://trvaly-pobyt.cestina-pro-cizince.cz/index.php?p=informace-o-zkousce&hl=cs_CZ).

Informace k **občanství** jsou dostupné na stránkách Ministerstva vnitra ČR nebo na [www: http://obcanstvi.cestina-pro-cizince.cz/](http://obcanstvi.cestina-pro-cizince.cz/).

▶ Občanství (platí pro občany EU i mimo EU)

Podle zákona č. 186/2013 Sb., o nabytí a pozbytí státního občanství České republiky, mají cizinci **s povoleným trvalým pobytem** možnost získat státní občanství. Dospělé osoby mimo EU musí mít trvalý pobyt na území ČR po dobu alespoň 5 let a občané EU minimálně po dobu 3 let. V případě osob s oprávněným pobytem pak jde alespoň o 10 let. Informace k občanství jsou uvedeny na stránkách Ministerstva vnitra České republiky.



Pro udělení občanství je potřeba splnit pobytové podmínky, zkoušku z českého jazyka a z českých realii.

Zkušební testy ke zkoušce z českého jazyka jsou dostupné u žádosti o občanství: <http://obcanstvi.cestina-pro-cizince.cz/>.

▶ Zaměstnávání

Zaměstnávání cizinců v ČR se řídí zákoníkem práce a zákonem o zaměstnanosti. V případě pochybení ze strany zaměstnavatele se lze obrátit na inspektorát práce.

Informace k zaměstnávání cizinců a vstupem na trh práce jsou na stránkách Ministerstva práce a sociálních věcí ČR, Úřadu práce ČR a Ministerstvu vnitra ČR.

Hledání zaměstnání/změna zaměstnání: informace o volném pracovním místě pro cizince jsou na stránkách Úřadu práce ČR.

Podnikání: informace poskytně živnostenský úřad.

► Zdravotní péče

Zdravotní péče je pro všechny stejně dostupná, lékař vždy musí ošetřit akutní a neodkladné problémy. V případě hledání jakéhokoliv lékaře (obvodního, pediatra, gynekologa...) lze kontaktovat pojišťovnu, která disponuje seznamem smluvních lékařů, v případě, že je cizinec účasten na veřejném zdravotním pojištění (zpravidla je zaměstnán). Pokud si cizinec sjednal komerční pojištění, je dobré si předem zjistit, zda má pojišťovna smluvní lékaře, u kterých se může zaregistrovat. S vyhledáním lékaře mohou pomoci i sociální služby (viz kapitola *III Užitečné kontakty – 2 Poradenské služby*, str. 136), které mívají informace o volných kapacitách pro přijímání nových

pacientů. Jestliže cizinec nemluví česky, bývá nutný doprovod tlumočníka.

V případě akutního problému je nezbytné vyhledat pomoc na tzv. pohotovosti (každé oddělení nemocnice má pohotovostní službu pro jednotlivá pracoviště). Kontakty na lékařské pohotovostní služby v Pardubickém kraji naleznete v kapitole *III Užitečné kontakty a informace – 4 Zdravotnické služby v Pk*, str. 185).

► Sociální zabezpečení

Na sociální zabezpečení mají nárok **osoby s trvalým pobytem, mezinárodní ochranou, azylem, doplňkovou ochranou, občané EU a jejich rodinní příslušníci** (pobývající na území alespoň 3 měsíce). Na některé dávky státní sociální podpory/dávky hmotné nouze mají nárok i cizinci s pobytem nad 365 dní. Konkrétní podmínky pro konkrétní druhy sociálního zabezpečení jsou uvedeny na portále **Ministerstva práce a sociálních věcí ČR, Úřadu práce ČR a České správy sociálního zabezpečení** (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 5 Úřad práce*, str. 196 a *6 Česká správa sociálního zabezpečení*, str. 199).

V Pardubickém kraji pracují s cizinci organizace:

MOST PRO o. p. s. nabízí poradenství, tlumočení, asistenci. Dále poskytuje **sociálně aktivizační službu pro rodiny s dětmi**, zajišťuje asistenci na školách, volnočasové aktivity, individuální doučování. Tato organizace rovněž nabízí kurzy českého jazyka (za poplatek) a tematické semináře jak pro komunitu, tak pro veřejnost.

Centrum na podporu integrace cizinců pro Pardubický kraj – nabízí poradenství, kurzy českého jazyka a sociokulturní kurzy. Pravidelně se zapojuje do akcí pro veřejnost a pořádá komunitní akce.

Kontakty na tyto služby najdete v kapitole *III Užitečné kontakty – 2 Poradenské služby*, str. 136).

► Sociální služby pro cizince

Sociální služby jsou zastoupeny ve všech krajích České republiky. Stačí si je vyhledat podle registru poskytovatelů sociálních služeb, nebo podle řešeného problému (viz kapitola *III Užitečné kontakty – 3 Sociální služby v Pk*, str. 145).

Jestliže cizinec mluví česky či má tlumočníka, je komunikace s danou službou jednodušší. Některé služby mohou nabídnout i bezplatnou pomoc v cizím jazyce, nejčastěji angličtině, případně ruštině.



Dávky a příspěvky

| | |
|--|-----|
| 1 Dávky státní sociální podpory | 98 |
| 2 Dávky pomoci v hmotné nouzi..... | 103 |
| 3 Životní a existenční minimum..... | 105 |
| 4 Příspěvek na péči | 106 |
| 5 Dávky pro osoby se zdravotním postižením | 109 |
| 6 Dávky nemocenského pojištění | 113 |
| 7 Dávky důchodového pojištění..... | 121 |
| 8 Dávky v nezaměstnanosti | 128 |

Informace o výši dávek jsou aktuální k červenci 2020

1 Dávky státní sociální podpory

Patří mezi nepojistné sociální dávky, na které vzniká nárok bez ohledu na pracovní aktivitu či pojištění příjemce nebo rodinného příslušníka. Informace k těmto dávkám, způsobu a náležitostem **podání žádosti** poskytnou pracovníci kontaktních pracovišť Úřadu práce ČR podle místa vašeho trvalého bydliště. **Úřad práce ČR** tyto dávky také vyplácí (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 5 Úřad práce*, str. 196).

► Rodičovský příspěvek

Rodičovský příspěvek je dávka, na kterou vzniká nárok bez ohledu na pracovní aktivitu či pojištění příjemce nebo rodinného příslušníka, tedy i tehdy, kdy nemáte dostatečnou dobu hrazeno nemocenské pojištění a nesplňujete tak nárok na peněžitou pomoc v mateřství.

Rodičovský příspěvek je **navazující dávkou**, o kterou je třeba žádat **po skončení výplaty peněžitě pomoci v mateřství** (viz kapitola *6 Dávky nemocenského pojištění*, str. 113).

Nárok na rodičovský příspěvek nevznikne automaticky. V případech, kdy rodič neměl nárok na peněžitou pomoc v mateřství, vyplácí se rodičovský příspěvek již od narození dítěte. Pokud nebyla kvůli nástupu na peně-

žitou pomoc v mateřství vybrána v zaměstnání dovolená, je možné vyčerpat ji až po ukončení pobírání peněžitě pomoci a po dohodě se zaměstnavatelem. Je však nutné, aby dovolená navazovala bezprostředně na peněžitou pomoc v mateřství. Až poté si můžete požádat o rodičovský příspěvek. Na tuto dávku má nárok **rodič, který po celý kalendářní měsíc pečuje o nejmladší dítě v rodině**. Maximální doba pobírání rodičovského příspěvku je **do 4 let dítěte**, nejdéle však do vyčerpání celkové částky.

Výši rodičovského příspěvku lze měnit jednou za 3 měsíce. Celková částka rodičovského příspěvku byla od roku 2020 zvýšena z 220 tisíc na **300 tisíc korun**. V případě narození **vícerčat** jde o **450 tisíc korun**. Maximální měsíční suma rodičovského příspěvku se může u každého příjemce lišit. Závisí na tzv. denním vyměřovacím základu, tj. průměrném příjmu na jeden kalendářní den za předchozí kalendářní rok. Pokud se narodila **vícerčata**, maximální výše měsíčního rodičovského příspěvku činí 1,5násobek dané částky. Jestliže se narodí další dítě a celková částka rodičovského příspěvku nebyla vyplacena, není možné již zbylou částku vyčerpat.

Při pobírání rodičovského příspěvku je možné pracovat, nutné však je, abyste zajistili péči o dítě. Dítě mladší dvou let může chodit do jeslí, mateřské školy nebo podobného zařízení pro děti maximálně 92 hodin měsíčně. Děti starší dvou let mohou tato zařízení navštěvovat bez omezení.

► Přídavek na dítě

O přídavky na dítě žádá zákonný zástupce (v případě mladších dětí) nebo samo dítě (pokud je již zletilé). Tato dávka slouží k úhradě nákladů spojených s výchovou a výživou **nezaopatřených dětí** v rodinách s nižším příjmem.

U přídavků na dítě se **posuzuje příjem všech osob ve společné domácnosti** (respektive společně posuzovaných osob).

Společně posuzované osoby jsou:

- rodiče a nezletilé nezaopatřené děti;
- manželé nebo registrovaní partneři;
- rodiče a děti nezletilé zaopatřené nebo zletilé, pokud tyto děti s rodiči

Nezaopatřené dítě je dítě, které nedosáhlo 26 let a soustavně se připravuje na budoucí povolání (studuje), nebo se nemůže soustavně připravovat na budoucí povolání či vykonávat výdělečnou činnost pro nemoc nebo úraz, případně toho není schopno kvůli dlouhodobě nepříznivému zdravotnímu stavu.

užívají byt a nejsou posuzovány s jinými osobami;

- jiné osoby společně užívající byt, pokud neprokáží, že spolu trvale nežijí a společně nehradí náklady na své potřeby.

Společně posuzovanými osobami jsou i osoby, které se přechodně, z důvodů soustavné přípravy na budoucí povolání, zdravotních nebo pracovních (včetně dobrovolnické služby), zdržují mimo byt.

Pro nárok na dávku se **posuzuje příjem za předchozí kalendářní čtvrtletí**. Nárok na přídavek na dítě má nezaopatřené dítě, které žije v rodině, jejíž rozhodný příjem je nižší než 2,7násobek životního minima rodiny.



Dávka je poskytována ve **třech výších podle věku nezaopatřeného dítěte**, ve dvou výměrách podle druhu příjmů doložených rodinou.

Měsíční výše přídatku na dítě činí u nezaopatřeného dítěte:

- ▶ do 6 let 500 Kč;
- ▶ od 6 do 15 let 610 Kč;
- ▶ od 15 do 26 let 700 Kč.

V určitých případech může být vyplácena měsíční částka vyšší, a to tehdy, když alespoň jeden ze členů rodiny, kteří jsou společně posuzováni, má v každém měsíci rozhodného období zákonem stanovené příjmy – například ze zaměstnání nebo samostatné výdělečné činnosti, z dávek nemocenského nebo důchodového pojištění, z podpory v nezaměstnanosti nebo podpory při rekvalifikaci, z příspěvku na péči o osobu do 18 let, z rodičovského příspěvku (pokud před ním pobíral peněžitou pomoc v mateřství).

Pokud tuto podmínku alespoň jeden člen rodiny splňuje, vyplácí se přídatek na dítě ve zvýšené výměře, která činí:

- ▶ do 6 let 800 Kč;
- ▶ od 6 do 15 let 910 Kč;
- ▶ od 15 do 26 let 1000 Kč.

▶ Příspěvek na bydlení

V případě, kdy dojde k výraznému snížení příjmu v domácnosti, je možné požádat o **příspěvek na bydlení**. Tato dávka slouží pro úhradu nákladů na bydlení bez ohledu na to, v jakém bytě oprávněná osoba bydlí, zda je vlastníkem či nájemcem. Podmínkou je přihlášení k trvalému pobytu.

Poskytování příspěvku podléhá **testování příjmů rodiny** (společně posuzovaných osob) a nákladů na bydlení za rozhodné období, kterým je **předchozí kalendářní čtvrtletí**. Do rozhodného příjmu rodiny se započítávají příjmy všech společně posuzovaných osob. Za příjem se považují i přídatky na dítě a rodičovský příspěvek.

Do **nákladů na bydlení** se zahrnuje nejen nájemné, ale i další náklady spojené s užíváním bytu, například náklady za plyn, elektřinu, dodávka tepla (dálkové vytápění), centralizované poskytování teplé vody, dodávka vody z vodovodů a vodáren a odvádění odpadních vod, provoz výtahu, osvětlení a úklid společných prostor v domě, odvoz odpadních vod a čištění jímek, vybavení bytu společnou televizní a rozhlasovou anténou, odvoz komunálního odpadu a náklady za pevná paliva.

Výše příspěvku na bydlení činí za kalendářní měsíc rozdíl mezi normativními náklady na bydlení a rozhodným příjmem rodiny vynásobeným koeficientem 0,30.

Pokud jsou **náklady na bydlení nižší** než normativní náklady na bydlení, náleží příspěvek na bydlení ve výši rozdílu mezi náklady na bydlení a rozhodným příjmem rodiny vynásobeným koeficientem 0,30.

Pokud **rozhodný příjem rodiny**, z něhož se vychází při stanovení výše příspěvku na bydlení, **nedosahuje částky životního minima rodiny**, započítává se pro stanovení výše příspěvku na bydlení jako rozhodný příjem rodiny částka odpovídající životnímu minimu této rodiny.

▶ Porodné

Jde o **dávku poskytovanou v závislosti na výši příjmu**, kterou se rodině s nízkými příjmy jednorázově přispívá na náklady související s narozením prvního nebo druhého živého dítěte. Příjem rodiny musí být nižší než 2,7násobek životního minima rodiny. Do rozhodného příjmu se nezapočítává přídatek na dítě. O porodné si žádáte na kontaktním pracovišti Úřadu práce ČR **podle místa trvalého**

bydliště matky až po narození dítěte. K žádosti je třeba doložit **výši čtvrtletních příjmů a kopii rodného listu dítěte**.

Porodné náleží rodině pouze dvakrát, a to buď na první nebo druhé živě narozené dítě, případně na první nebo druhé dítě převzaté do trvalé péče nahrazující péči rodičů.

Porodné je stanoveno pevnou částkou a činí **13 000 Kč na první dítě a 10 000 Kč na druhé**.

▶ Pohřebné

Pohřebné náleží tomu, kdo vypravil pohřeb nezaopatřenému dítěti, nebo osobě, která byla jeho rodičem, a to za podmínky, že zemřelá osoba (s výjimkou mrtvě narozeného dítěte) měla ke dni úmrtí trvalý pobyt na území ČR. Příjem rodiny se netestuje.

Pohřebné je stanoveno pevnou částkou ve výši **5 000 Kč**, kterou lze uhradit náklady spojené s vypravením pohřbu.

▶ Dávky pěstounské péče

Pěstounskou péči můžeme rozdělit na **dlouhodobou a přechodnou**.

Dávky pro dlouhodobou pěstounskou péči:

- ▶ odměna pěstouna;
- ▶ příspěvek na úhradu potřeb dítěte;
- ▶ jednorázový příspěvek při převzetí dítěte;
- ▶ jednorázový příspěvek při ukončení pěstounské péče;
- ▶ příspěvek na zakoupení osobního motorového vozidla.

Dávky pro pěstounskou péči na přechodnou dobu:

- ▶ odměna pěstouna;
- ▶ příspěvek na úhradu potřeb dítěte.

Od 1. 1. 2018 zanikl pro pěstouny na přechodnou dobu nárok na čerpání rodičovského příspěvku.

Stálá měsíční odměna pěstouna na přechodnou dobu činí **20 000 Kč** (hrubého), při péči o děti se závažným zdravotním znevýhodněním (ve II. až IV. stupni závislosti) **26 000 Kč** (hrubého).

Z **odměny pěstouna** se jako z klasické mzdy v zaměstnání odečítá záloha na daň a sociální a zdravotní pojištění.

Příspěvek na úhradu potřeb dítěte je dávkou nahrazující výživné dítěte. Jeho výše se pohybuje v rozmezí **5 000**

až 7 000 Kč měsíčně. V případě dětí se zdravotním znevýhodněním (I. až IV. stupeň závislosti) jde o rozmezí **5 000 až 10 000 Kč**.

Výše dávek pěstounské péče je stanovena počtem dětí svěřených do pěstounské péče a případným stupněm jejich závislosti.



2 Dávky pomoci v hmotné nouzi

Patří mezi nepojistné sociální dávky, které mají pomoci k zajištění základních životních podmínek. Informace k těmto dávkám, způsobu a náležitostem **podání žádostí** poskytnou pracovníci kontaktních pracovišť Úřadu práce ČR podle místa vašeho trvalého bydliště. **Úřad práce ČR** tyto dávky také vyplácí (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 5 Úřad práce**, str. 196).

▶ Příspěvek na živobytí

Příspěvek na živobytí náleží osobám, které se nachází v situaci hmotné nouze, tj. nemají dostatečný příjem na úhradu základních životních potřeb. Jedná se o opakovanou dávku.

Nárok na příspěvek na živobytí vzniká osobě či rodině, pokud po odečtení přiměřených nákladů na bydlení nedosahuje příjem této osoby či rodiny **částky živobytí**. Ta je určena pro každou osobu individuálně, a to na základě hodnocení její snahy a možností. Pro stanovení živobytí okruhu společně posuzovaných osob se jednotlivé částky živobytí osob sčítají. Odvíjí se od existenčního a životního minima (viz kapitola **3 Životní a existenční minimum**, str. 105). Částka živobytí osoby se zvyšuje, pokud její zdravotní stav vyžaduje podle doporučení příslušného odbor-

ného lékaře zvýšené náklady na dietní stravování.

Při posuzování nároku na dávku **se zohledňuje každá situace individuálně**, přičemž se přihlíží k okruhu společně posuzovaných osob.

▶ Doplatek na bydlení

Osoby s nízkými příjmy mají možnost získat také pomoc v podobě **doplatku na bydlení**. Jedná se o **opakovanou dávku**. Její podmínkou je získání nároku na příspěvek na živobytí a příspěvek na bydlení (viz kapitola **1 Dávky státní sociální podpory**, str. 98).

Při posuzování nároku na dávku se zohledňuje **každá situace individuálně**, přičemž se přihlíží k okruhu společně posuzovaných osob, k celkovým sociálním a majetkovým poměrům a specifickým situacím spojených s bydlením, tzv. **případům hodných zvláštního zřetele** (například ubytování v obytných sociálních službách, jako jsou azylový dům, domov pro seniory, chráněné bydlení a podobně).

▶ Mimořádná okamžitá pomoc

Mimořádná okamžitá pomoc je jednorázová dávka a její uznání i výše se odvíjí od toho, v jaké životní situaci

se bezprostředně nacházíte. Měla by být poskytnuta neprodleně. Jedná se o situaci:

- ▶ kdy osoba neplní podmínky hmotné nouze pro opakované dávky, ale kvůli nedostatku finančních prostředků jí hrozí vážná újma na zdraví;
- ▶ spojené s vážnou mimořádnou událostí, kterou není osoba schopna překonat vlastními silami a prostředky. Takovou událostí je například živelní pohroma (povodeň, vičhřice a vyšší stupně větrné pohromy, zemětřesení a podobně), požár nebo jiná destruktivní událost, ekologická nebo průmyslová havárie;
- ▶ kdy osoba nemá vzhledem k příjmům a celkovým sociálním a majetkovým poměrům dostatečné prostředky:
 - ▶ k úhradě nezbytného jednorázového výdaje, například zaplacení správního poplatku při prokázání ztráty osobních dokladů, při vydání duplikátu rodného listu nebo dokladů potřebných k přijetí do zaměstnání, s úhradou jízdného při ztrátě peněžních prostředků a v případě nezbytné potřeby s úhradou noclehu;
 - ▶ na úhradu nákladů spojených s porízením nebo opravou nezbytných základních předmětů dlouhodobé potřeby;
 - ▶ k uhrazení odůvodněných nákladů vzniklých v souvislosti se vzděláním nebo se zájmovou činností nezaopatřených dětí a na zajištění nezbytných činností souvisejících se sociálněprávní ochranou dětí;
- ▶ kdy osoba nemůže v daném čase, s ohledem na neuspokojivé sociální zázemí a nedostatek finančních prostředků, úspěšně řešit svou situaci a je ohrožena sociálním vyloučením, zejména proto, že:
 - ▶ je propuštěna z výkonu vazby nebo z výkonu trestu odnětí svobody;
 - ▶ vrací se po ukončení léčby chorobných závislostí ze zdravotnického zařízení, psychiatrické léčebny nebo léčebného zařízení pro chorobné závislosti;
 - ▶ vychází ze školského zařízení pro výkon ústavní či ochranné výchovy nebo z pěstounské péče po dosažení zletilosti, respektive v 19 letech;
 - ▶ nemá uspokojivě naplněny životně důležité potřeby, vzhledem k tomu, že je osobou bez přístřeší;
 - ▶ je osobou, jejíž práva a zájmy jsou ohroženy trestnou činností jiné osoby.

3 Životní a existenční minimum



Životní a existenční minimum je upraveno zákonem č. 110/2006 Sb. Jejich výše jsou stanoveny aktuálním nařízením. Částky **životního a existenčního minima jsou podkladem** při zjišťování nároku na různé sociální dávky, například dávky pomoci v hmotné nouzi či státní sociální podpory, ale i pro stanovení výživného, v případě exekucí pro výpočet nezabavitelné částky a podobně.

Životní minimum představuje minimální společensky uznanou hranici peněžních příjmů k zajištění výživy a ostatních základních osobních potřeb.



Existenční minimum je minimální hranicí peněžních příjmů, která se považuje za nezbytnou k zajištění výživy a ostatních základních osobních potřeb na úrovni umožňující přežití. Tento institut byl vedle životního minima zaveden z důvodu větší motivace pro dospělé osoby v hmotné nouzi. Existenční minimum nelze použít u **nezaopatřeného dítěte** (definice pojmu viz str. 99), u poživatele starobního důchodu, u osoby invalidní ve třetím stupni a u osoby starší 68 let.

4 Příspěvek na péči

Žádost o příspěvek na péči se podává na kontaktním pracovišti **Úřadu práce ČR** podle místa trvalého bydliště (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 5 Úřad práce*, str. 196). Nutné je vyplnit dva tiskopisy, a to **žádost o příspěvek na péči a oznámení o poskytovateli pomoci**. Pro posouzení nároku na příspěvek na péči je sociálním pracovníkem Úřadu práce ČR provedeno **sociální šetření** a následně je přeposláno posouzení žádosti posudkovému lékaři na okresní pobočku České správy sociálního zabezpečení (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 6 Česká správa sociálního zabezpečení*, str. 199). Po dobu posouzení posudkovým lékařem je řízení přerušeno.

Příspěvek na péči náleží lidem, kteří jsou z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu závislí na pomoci jiné fyzické osoby. Podmínkou je, že nepříznivý zdravotní stav trvá nebo má trvat déle než 1 rok a omezuje funkční schopnosti nutné pro zvládnutí základních životních potřeb. Slouží k úhradě potřebné péče, kterou zajišťuje **pečující osoba, poskytovatel sociálních služeb či asistent sociální péče**.

Příspěvek na péči náleží osobě, o níž má být pečováno, nikoliv osobě,

kteřá péči zajišťuje. Nemůže být příznán dítěti, které je mladší než jeden rok.

Asistent sociální péče je fyzická osoba, která je zdravotně způsobilá a starší 18 let a má uzavřenou písemnou smlouvu s příjemcem příspěvku na péči o poskytování pomoci.



Výše příspěvku na péči vychází z určeného **stupně závislosti**, který se hodnotí podle schopností zvládat **10 základních životních potřeb**:

- ▶ **mobilita** (zvládat vstávání, usedání, chůzi po rovném i nerovném terénu, po schodech);
- ▶ **orientace** (orientovat se zrakem, sluchem, v místě, čase, osobách i sociálních situacích);
- ▶ **komunikace** (dorozumět se a porozumět – mluvenou řečí i psanou zprávou);
- ▶ **stravování** (stravu naporcovat, najíst se a napít se, dodržovat dietní režim – dietu);
- ▶ **oblékání a obouvání** (vybrat si oblečení a obutí přiměřené okolnostem, oblékat se, obouvat se, svlékat se a zouvat se);

- ▶ **tělesná hygiena** (umýt si obličej, ruce a celé tělo, česat se, pečovat o ústní hygienu);
- ▶ **výkon fyziologické potřeby** (používat WC, hygienické pomůcky, vyprázdnit se, provést očistu);
- ▶ **péče o zdraví** (dodržovat léčebný režim, ošetrovatelská opatření, přivolat pomoc v případě potřeby);
- ▶ **osobní aktivity** (stanovit si a dodržet denní režim, zapojit se do aktivit odpovídajících věku, navazovat kontakty a vztahy s jinými osobami);
- ▶ **péče o domácnost** (nakládat s penězi, obstarat si nákup potravin, nosit běžné předměty, vařit, uklízet, zajistit topení).

Poznámka: Péče o domácnost se neposuzuje u osob do 18 let.

Zákon rozeznává **čtyři stupně závislosti** na pomoci jiné osoby, a to od **mírné závislosti** až po **závislost úplnou**.

Výše příspěvku na péči pro **osoby do 18 let** činí za kalendářní měsíc:

- ▶ **3 300 Kč**, jde-li o stupeň I (lehká závislost);
- ▶ **6 600 Kč**, jde-li o stupeň II (středně těžká závislost);

- ▶ **13 900 Kč**, jde-li o stupeň III (těžká závislost), nebo **9 900 Kč**, pokud osobě poskytuje péči poskytovatel pobytových sociálních služeb (domovy pro osoby se zdravotním postižením, domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem, chráněné bydlení, sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních lůžkové péče) či dětský domov nebo speciální lůžkové zdravotnické zařízení hospicového typu;

- ▶ **19 200 Kč**, jde-li o stupeň IV (úplná závislost), nebo **13 200 Kč**, pokud osobě poskytuje péči poskytovatel pobytových sociálních služeb (domovy pro osoby se zdravotním postižením, domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem, chráněné bydlení, sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních lůžkové péče) či dětský domov nebo speciální lůžkové zdravotnické zařízení hospicového typu.

Výše příspěvku na péči pro **osoby starší 18 let** činí za kalendářní měsíc:

- ▶ **880 Kč**, jde-li o stupeň I (lehká závislost);
- ▶ **4 400 Kč**, jde-li o stupeň II (středně těžká závislost);

- ▶ **12 800 Kč**, jde-li o stupeň III (těžká závislost), nebo **8 800 Kč**, pokud osobě poskytuje péči poskytovatel pobytových sociálních služeb (domovy pro osoby se zdravotním postižením, domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem, chráněné bydlení, sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních lůžkové péče) či dětský domov nebo speciální lůžkové zdravotnické zařízení hospicového typu;
- ▶ **19 200 Kč**, jde-li o stupeň IV (úplná závislost), nebo **13 200 Kč**, pokud osobě poskytuje péči poskytovatel pobytových sociálních služeb (domovy pro osoby se zdravotním postižením, domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem, chráněné bydlení, sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních lůžkové péče) či dětský domov nebo speciální lůžkové zdravotnické zařízení hospicového typu.

Za splnění zákonem stanovených podmínek je možné zvýšení příspěvku.

Do 8 dnů je třeba hlásit úřadu práce změny týkající se péče, například pečující osoby, hospitalizace ve zdravotnickém zařízení a podobně. Po dobu hospitalizace se příspěvek nevyplácí. Pokud netrvá celý kalendářní měsíc, je doplacen po doložení propouštěcí zprávy ze zdravotnického zařízení.



5 Dávky pro osoby se zdravotním postižením

Patří mezi nepojistné sociální dávky, které jsou určeny osobám se zdravotním postižením a přispívají ke zlepšení kvality života a podpoře jejich sociálního začlenění. Informace k těmto dávkám, způsobu a náležitostem **podání žádosti** poskytnou pracovníci kontaktních pracovišť **Úřadu práce ČR** podle místa vašeho trvalého bydliště. Úřad práce ČR tyto dávky také vyplácí (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 5 Úřad práce**, str. 196). Informace rovněž poskytnou poskytovatelé **odborného sociálního poradenství** se zaměřením na osoby se zdravotním postižením (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby**, str. 136).

▶ Příspěvek na mobilitu

Nárok na příspěvek na mobilitu máte, pokud vám byl přiznán **průkaz osoby se zdravotním postižením** typu ZTP nebo ZTP/P a pravidelně se v kalendářním měsíci za úhradu někam dopravujete nebo jste dopravováni. Tuto skutečnost jste povinni potvrdit čestným prohlášením.

Pokud ještě nemáte přiznaný průkaz osoby se zdravotním postižením, je nutné podat současně s žádostí o příspěvek na mobilitu i **žádost o průkaz osoby se zdravotním postižením**.

Výše příspěvku na mobilitu činí **550 Kč za kalendářní měsíc**.

Pokud jste celý kalendářní měsíc hospitalizovaní v nemocnici nebo v lůžkách, příspěvek na mobilitu vám nenáleží. Každou hospitalizaci je nutné do 8 kalendářních dnů ohlásit, úřad následně zastaví výplatu. Jestliže nejste hospitalizovaní po celý měsíc, po doložení propouštěcí zprávy vám příspěvek na mobilitu bude doplacen.



▶ Příspěvek na zvláštní pomůcku

Osoba, která trpí tzv. těžkou vadou nosného a pohybového ústrojí nebo těžkým zrakovým či sluchovým postižením, případně zdravotním postižením interní povahy způsobující těžké omezení pohyblivosti, může požádat o **příspěvek na zvláštní pomůcku**. Podmínkou je:

- ▶ musí se jednat o **dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav, který již trvá nebo má trvat déle než 1 rok**;
- ▶ pomůcka není hrazena (ani částečně) ze zdravotního pojištění a zdravotní pojišťovna ji nezapůjčuje.



Průkaz osoby se zdravotním postižením může být přiznán osobě starší 1 roku s tělesným, smyslovým či duševním onemocněním. Podmínkou je, že se jedná o dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav, který trvá nebo má trvat déle než 1 rok a který podstatně omezuje vaši pohyblivost nebo orientaci, včetně poruch autistického spektra. O průkaz lze žádat na Úřadu práce ČR podle místa trvalého bydliště.

Pro nárok je posuzován zdravotní stav posudkovým lékařem okresní správy sociálního zabezpečení.

Existují 3 typy průkazů – TP, ZTP a ZTP/P, podle nichž jsou odstupňovány výhody. Držitelům průkazu ZTP nebo ZTP/P může být poskytnuta sleva ze vstupného na koncerty, divadelní a filmová představení a jiné kulturní a sportovní akce. Sleva se mnohdy vztahuje i na jejich průvodce.

S výjimkou osob se sluchovým postižením jsou držitelé průkazu osvobozeni od placení dálniční známky. Podmínkou však je, že majitelem vozidla je držitel průkazu nebo osoba blízká, případně je držitel průkazu ve vozidle právě přepravován.

Pokud jste držiteli průkazu osoby se zdravotním postižením typu ZTP, případně ZTP/P (s výjimkou osob se sluchovým postižením), můžete si na obecním úřadu obce s rozšířenou působností podle místa vašeho trvalého pobytu požádat o vystavení **parkovacího průkazu** a pak o zřízení vyhrazeného parkovacího místa v místě bydliště, o jehož povolení rozhoduje obecní úřad nebo obecní úřad obce s rozšířenou působností (podle toho, o jaký typ komunikace se jedná).

Pokud jste osobou s praktickou nebo úplnou hluchotou, máte řidičský průkaz a byl vám přiznán průkaz typu ZTP nebo ZTP/P, můžete požádat na obecním úřadu obce s rozšířenou působností o vydání **speciálního označení O2 pro sluchově postižené**. Jedná se o označení se symbolem ucha. Nezajistí vám stejné výhody, jaké mají držitelé parkovacích průkazů, například nejste osvobozeni od placení dálniční známky a nemůžete bezplatně parkovat na místech pro invalidy. Slouží **především jako informace** pro ostatní účastníky silničního provozu a sděluje jim, že řidič není schopen reagovat na zvukové podněty.

Příspěvek lze čerpat jen na pomůcku v základním provedení, která vám vzhledem k vašemu zdravotnímu postižení vyhovuje, zlepšuje možnosti pohybu a soběstačnosti v běžném životě. Jedná se například o různé zvedací plošiny, schodišťové sedačky, úpravy bytu, motorové vozidlo, pomůcky pro komunikaci neslyšících, pomůcky pro nevidomé, vodícího psa a podobně.

Nárok na příspěvek na zvláštní pomůcku mají osoby starší 1 roku. V případě příspěvku na motorové vozidlo, schodišťovou sedačku, zvedací plošiny a úpravy bytu, musí být osoba starší 3 let. Pokud se jedná o příspěvek na vodícího psa, mělo by jít o osobu starší 15 let.

Konkrétní **seznam druhů a typů zvláštních pomůcek** určených osobám se zdravotním postižením, na jejichž pořízení se poskytuje příspěvek na zvláštní pomůcku, je stanoven přílohou č. 1 *vyhlášky č. 388/2011 Sb.*

- **U osob s těžkou vadou nosného či pohybového ústrojí** se jedná například o dodatečnou úpravu motorového vozidla, stavební práce spojené s uzpůsobením koupelny a WC, schodolez, stropní zvedací systém, a to včetně instalace a podobně.

- **Pro osoby těžce zrakově postižené** jde například o kalkulátor s hlasovým výstupem, digitální čtecí přístroj pro nevidomé s hlasovým výstupem, vodícího psa, slepecký psací stroj, elektronickou orientační pomůcku pro nevidomé a hluchoslepé, digitální zvětšovací lupu a podobně.

- **Zvláštními pomůckami pro osoby těžce sluchově postižené** jsou například signalizace bytového či domovního zvonku, a to včetně instalace, individuální indukční smyčka, elektronická orientační pomůcka pro nevidomé a hluchoslepé, signalizace telefonního zvonění, telefonní zesilovač a podobně.

- **Za zvláštní pomůcky určené osobám se zdravotním postižením interní povahy, které způsobuje těžké omezení pohyblivosti**, se považují například nájezdové ližiny, přenosná rampa, schodolez, stavební úpravy bytu a podobně.

Výše příspěvku

Příspěvek na pomůcku, která není v seznamu uvedena, lze poskytnout pouze v případě, že je z hlediska využití srovnatelná s těmi, co v něm jsou. Vzhledem k tomu, že některé pomůcky

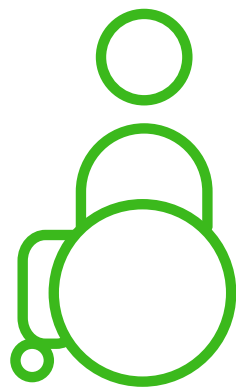
mohou být hodně drahé a spoluúčast by tak byla velmi vysoká, může úřad práce přihlédnout k příjmům a potřebnosti pomůcky a výši spoluúčasti snížit. Minimální výše spoluúčasti je **1 000 Kč**.

Pokud žádáte o příspěvek na pomůcku s cenou **nižší než 10 000 Kč**, máte na něj nárok v případě, že nemáte příjem alespoň ve výši osminásobku životního minima (pokud jsou s vámi posuzovány další osoby, počítají se částky životního minima i příjmy všech těchto osob). U každé pomůcky si ale určitou část musíte uhradit sami – spoluúčast je vždy ve výši 10 % z ceny zvláštní pomůcky, minimálně však **1 000 Kč**.

Jestliže jde o příspěvek na pomůcku, jejíž cena je **vyšší než 10 000 Kč**, budete hradit spoluúčast ve výši 10 % z ceny zvláštní pomůcky.

Osoba, která má těžkou vadu nosného nebo pohybového systému, případně těžkou či hlubokou mentální retardaci a je starší 3 let, může požádat o **příspěvek na pořízení motorového vozidla**. Podmínkou je, že se v kalendářním měsíci opakovaně někam dopravuje nebo je dopravována, což musí doložit. Maximální suma činí **200 000 Kč**, se zvyšujícím se příjmem se snižuje. Nejnižší výše dávky je **100 000 Kč**.

Limity: Maximální výše příspěvku na zvláštní pomůcku činí **350 000 Kč**; **400 000 Kč** u zvláštní pomůcky na pořízení „plošiny“. Součet vyplacených příspěvků na zvláštní pomůcku nesmí v 60 kalendářních měsících po sobě jdoucích přesáhnout částku **800 000 Kč**; **850 000 Kč**, pokud v této době byl poskytnut příspěvek na pořízení schodišťové plošiny.



6 Dávky nemocenského pojištění

Patří mezi pojistné sociální dávky nemocenského pojištění, které vyřizují **okresní pobočky České správy sociálního zabezpečení** v místě vašeho bydliště (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace** – **6 Česká správa sociálního zabezpečení**, str. 199). Všechny dávky nemocenského pojištění vyplácí ČSSZ bankovním převodem na účet v bance nebo poštovní poukázkou.

► Nemocenské

Dávka slouží k finančnímu zabezpečení pro ekonomicky aktivní občany (pojištěnce) v období, kdy kvůli nemoci, tj. dočasné pracovní neschopnosti, nemohou vykonávat práci a ztratí dočasně výdělek.

Účast na nemocenském pojištění zpravidla u všech zaměstnanců vzniká ze zákona a je povinná. Nemocenské pojištění za ně odvádí zaměstnavatel. Osoby samostatně výdělečně činné (OSVČ) si mohou platit nemocenské pojištění dobrovolně.

V případě nemoci má na nemocenské (což je dávka vyplácená státem) nárok zaměstnanec, který byl uznán dočasně práce neschopným (nebo mu byla nařízena karanténa) a dočasná pracovní neschopnost (nebo nařízená karanténa) trvá déle než 14 kalendář-

ních dnů. Za prvních 14 dnů dočasné pracovní neschopnosti dostává zaměstnanec od svého zaměstnavatele náhradu mzdy.



Od 1. 1. 2020 byla zavedena **eNeschopenka**, kterou vám vystaví lékař. Nemocnému tak odpadla povinnost doručit písemný doklad o pracovní neschopnosti svému zaměstnavateli – více na <https://www.cssz.cz/web/eneschopenka/zakladni-informace-pro-zamestnance-a-osvc>.

Nemocenské dávky vyplácené během pracovní neschopnosti **zahrnují dvě složky:**

- nemocenské vyplácené z nemocenského pojištění Českou správou sociálního zabezpečení (nárok vzniká až od 15. dne pracovní neschopnosti);
- nemocenské formou náhrady mzdy vyplácené zaměstnavatelem (nárok vzniká prvních 14 dnů).

Podmínkou získání nemocenské dávky je, že zaměstnanec je v pracovním vztahu účasten nemocenského pojištění.

Na nemocenskou dávku máte nárok také v případě, že pracujete na **dohodu o provedení práce (DPP) nebo dohodu o pracovní činnosti (DPČ)**, ale **pouze za podmínky, že je váš příjem vyšší:**

- ▶ než **10 001 Kč měsíčně – u DPP;**
- ▶ než **2 999 Kč měsíčně – u DPČ.**

Výplata nemocenského se dále řídí stejnými pravidly jako u klasického zaměstnání.

Člověk, který si dočasnou pracovní neschopnost **úmyslně sám zavinil**, nemá na dávky nárok, nicméně za určitých okolností je může získat v poloviční výši.

Nemocenské dávky dostává zaměstnanec maximálně **po dobu 380 kalendářních dnů** od jejího vzniku.

Nárok na nemocenské dávky trvá také po skončení pracovního poměru, a to maximálně po dobu 7 kalendářních dnů (takzvaná ochranná lhůta). Platí přitom, že pracovní poměr na dobu neurčitou nemůže zaměstnavatel během dočasné pracovní neschopnosti vypovědět. Lze jej ukončit pouze dohodou obou stran nebo výpovědí danou zaměstnancem.

Pokud jste dočasně práce neschopní, musíte dodržovat **režim dočasně**

práce neschopného pojištěnce a řídit se pokyny příslušného lékaře.

Výše nemocenské dávky do 14. dne je v kompetenci zaměstnavatele a odvíjí se od redukováného průměru pro dávky z nemocenského pojištění, což je 60 % průměrného výdělku z předchozího kalendářního čtvrtletí. Prvních 14 dnů nemocenské vám bude proplaceno formou náhrady mzdy od vašeho zaměstnavatele.

Výše nemocenské dávky od 15. dne pracovní neschopnosti se odvíjí od mzdy, která je však redukována a zastropována.

Výše nemocenského za kalendářní den činí:

- ▶ **60 %** denního vyměřovacího základu **do 30. kalendářního dne** trvání dočasné pracovní neschopnosti nebo nařízené karantény;
- ▶ **66 %** denního vyměřovacího základu **od 31. do 60. kalendářního dne** trvání dočasné pracovní neschopnosti nebo nařízené karantény;
- ▶ **72 %** denního vyměřovacího základu **od 61. kalendářního dne** trvání dočasné pracovní neschopnosti nebo nařízené karantény.

Režim dočasně práce neschopného



V zásadě platí, že se nemocný má zdržovat na platné adrese, kterou sdělil ošetřujícímu lékaři a je zaznamenána v tzv. neschopence. Pokud ošetřující lékař povolí vycházky (může maximálně 6 hodin denně, v rozmezí od 7 hodin do 19 hodin), má pojištěnec povinnost respektovat lékařem stanovený časový úsek.

Výjimečně může ošetřující lékař povolit, aby si pevně stanovenou dobu vycházek nemocný volil sám podle svého aktuálního zdravotního stavu, tzv. **vycházky bez omezení**. Například pokud má mimořádně náročný léčebný plán, intenzivní léčbu a podobně. V tomto případě však může váš ošetřující lékař postupovat pouze na základě vaší žádosti a jen po předchozím písemném souhlasu od správy sociálního zabezpečení. O tento souhlas žádá sám ošetřující lékař. Tento individuální režim vycházek vám může lékař povolit nejvýše na tři měsíce, s tím, že to je možné i opakovaně.

Změnit místo pobytu v době dočasné pracovní neschopnosti smíte pouze s předchozím souhlasem ošetřujícího lékaře.

Porušení režimu dočasně práce neschopného do 14. dne včetně řeší zaměstnavatel, přičemž jsou možné tyto postihy: snížení nebo odebrání náhrady mzdy či výpověď z práce.

Porušení režimu dočasně práce neschopného od 15. dne řeší Česká správa sociálního zabezpečení, přičemž jsou možné tyto postihy: krácení nebo odnětí nemocenské dávky; pokud již bylo nemocenské vyplaceno, musí být vráceno; vyřazení z evidence úřadu práce (jestliže jste evidován/a).

Nemocenské se stanoví z denního vyměřovacího základu. Ten se určí tak, že se vyměřovací základ zjištěný z rozhodného období (zpravidla 12 kalendářních měsíců před měsícem, kdy vznikl nárok na nemocenské) dělí počtem kalendářních dnů připadajících

na rozhodné období. Výši si můžete spočítat na **kalkulačce**.

Obecné podmínky platné pro zaměstnance platí i pro **OSVČ**. Těm navíc nemocenské dávky náleží, pokud:

- ▶ účast na nemocenském pojištění OSVČ trvala aspoň po dobu tří mě-

síců bezprostředně předcházejících dni vzniku dočasné pracovní neschopnosti (karantény);

- ▶ OSVČ nevykonává osobně po dobu dočasné pracovní neschopnosti (karantény) samostatnou výdělečnou činnost;
- ▶ nárok na nemocenské má OSVČ, jež byla uznána dočasně práce neschopnou, nebo které byla nařízena karanténa, trvá-li dočasná pracovní neschopnost nebo karanténa déle než 14 kalendářních dní.

Výše nemocenské dávky se odvíjí od výše **dobrovolné platby nemocenského pojištění** a za kalendářní den činí:

- ▶ **60 %** denního vyměřovacího základu **do 30. kalendářního dne** trvání dočasné pracovní neschopnosti nebo nařízené karantény;
- ▶ **66 %** denního vyměřovacího základu **od 31. do 60. kalendářního dne** trvání dočasné pracovní neschopnosti nebo nařízené karantény;
- ▶ **72 %** denního vyměřovacího základu **od 61. kalendářního dne** trvání dočasné pracovní neschopnosti nebo nařízené karantény.

▶ Ošetřovné

Na ošetřovné máte nárok, pokud nemůžete pracovat z důvodu ošetřování nemocného člena domácnosti. Například jestliže se staráte o nemocnou babičku, o ženu bezprostředně po porodu či o dítě mladší 10 let a podobně. Nárok máte také v případě, že musíte pečovat o zdravé dítě mladší 10 let, protože školské nebo dětské zařízení bylo uzavřeno (z důvodu epidemie, havárie či jiné nepředvídané události), dítěti byla nařízena karanténa, případně osoba, která jinak o dítě pečuje, sama onemocněla.

Základní podmínkou pro přiznání ošetřovného je, že si **ošetřující osoba platila nemocenské pojištění** (za zaměstnance jej povinně platí zaměstnavatelé). **OSVČ, která se dobrovolně přihlásila k nemocenskému pojištění, nárok na ošetřovné nevzniká.**

Ošetřovné je vypláceno už od prvního dne ošetřování. Maximálně však **po dobu 9 kalendářních dní.** Pokud jste **samoživitel/ka**, tak se maximum prodlužuje **na 16 kalendářních dní.** Jestliže se osoba, o kterou se staráte, uzdraví, ale, byť i po jediném dni, zase onemocní, můžete znovu čerpat 9 (respektive 16) dní ošetřovného. Rodiče či jiné oprávněné osoby se přitom mo-

Příslušný tiskopis vystavuje ošetřující lékař osoby, která onemocněla, případně školní zařízení (při jeho uzavření) nebo orgán ochrany veřejného zdraví, tedy zpravidla hygienická stanice (při nařízené karanténě). Ošetřující osoba musí tiskopis neprodleně předat svému zaměstnavateli. Tiskopis vám vystaví a poté i ukončí ošetřující lékař. Předajte ho co nejdříve svému zaměstnavateli, který jej doplní a odešle příslušné okresní správě sociálního zabezpečení.



hou v ošetřování vystřídat, ale pouze jednou. Maximální doba poskytování ošetřovného se však tímto vystřídáním neprodlužuje.

Výše ošetřovného od prvního kalendářního dne činí 60 % redukovaného denního vyměřovacího základu za kalendářní den. Denní vyměřovací základ představuje průměrný denní příjem zpravidla za posledních 12 kalendářních měsíců. Přesnou částku si můžete spočítat na *kalkulačce*.

▶ Dlouhodobé ošetřovné

Osoby, které jsou nemocensky pojištěné po stanovenou dobu a potřebují se postarat o nemocného příbuzného nebo člena domácnosti (například po vážném úrazu či nemoci), mohou čerpat takzvané **dlouhodobé ošetřovné.** **V ošetřování se mohou blízcí střídat.**

Podmínky pro nárok na dlouhodobé ošetřovné:

- ▶ Ošetřovaný strávil alespoň **7 dní v nemocnici** a po propuštění bude potřebovat ještě nejméně **30 dní celodenní péče** (v den propuštění musí být tato skutečnost potvrzena nemocnicí).
- ▶ Ošetřovaný udělí písemný souhlas k ošetřování konkrétní osobě (může jít o nejbližší rodinu, ale i strýce, manželku synovce a podobně).
- ▶ Ošetřovaný musí mít nemocenské pojištění **v posledních čtyřech měsících alespoň 90 dnů**, u OSVČ v posledních třech měsících.
- ▶ Ošetřující osoba **nesmí** po dobu ošetřování **vykonávat žádnou výdělečnou činnost.**
- ▶ Na další dlouhodobé ošetřovné vám vznikne nárok po uplynutí 12 měsíců od skončení předchozí dlouhodobé péče.

Dávka činí **60 % redukováného denního vyměřovacího základu** a maximálně **po dobu 90 kalendářních dnů** ode dne propuštění z nemocnice. Pokud je ošetřovaný v této době znovu hospitalizován, tato dávka vám nenáleží.

Co může a nemůže zaměstnavatel ve vztahu k pečující osobě:

- ▶ Zaměstnavatel vám **může odmítnout poskytnout volno** ze zaměstnání pouze v případě, pokud mu v tom brání vážné provozní důvody.
- ▶ Zaměstnavatel vám **nemůže dát po dobu ošetřování výpověď**.
- ▶ Po ukončení ošetřování vás **musí** zaměstnavatel **zařadit na vaši původní práci** a pracoviště.

▶ Vyrovňovací příspěvek v těhotenství a mateřství

Vyrovňovací příspěvek v těhotenství a mateřství se poskytuje zaměstnankyni, která byla z důvodu těhotenství a mateřství dočasně převedena

na jinou práci a z ní má bez svého zavinění nižší výdělek.

Dávka náleží:

- ▶ těhotné zaměstnankyni;
- ▶ zaměstnankyni do konce 9. měsíce po porodu;
- ▶ zaměstnankyni, která kojí.

Vyrovňovací příspěvek v těhotenství a mateřství se poskytuje za kalendářní dny, v nichž trvalo převedení na jinou práci.

Těhotné zaměstnankyni se příspěvek vyplácí nejdéle do počátku šestého týdne před očekávaným dnem porodu. Z důvodu ohrožení mateřství se poskytuje nejdéle do konce 9. měsíce po porodu a u žen, jejichž schopnost kojit je ohrožena, pak po dobu kojení.

Vyrovňovací příspěvek v těhotenství a mateřství se nevyplácí za kalendářní dny, ve kterých zaměstnankyně:

- ▶ byla v dočasné pracovní neschopnosti či karanténě;
- ▶ čerpala mateřskou či rodičovskou dovolenou;

Žádost o vyrovňovací příspěvek v těhotenství a mateřství vám vydá váš ošetřující lékař nebo gynekolog, v jehož péči jste v době těhotenství a mateřství. Poté tiskopis předáte svému zaměstnavateli, který žádost doplní a neprodleně předá příslušné okresní správě sociálního zabezpečení.



- ▶ ošetřovala či pečovala o dítě mladší 10 let nebo o jiného člena domácnosti;
- ▶ čerpala pracovní volno bez náhrady příjmu nebo služební volno, za které nebyl poskytnut příjem či plat;
- ▶ měla neomluvenou nepřítomnost v práci či byla účastna stávk.

Některé skupiny zaměstnankyň nemají vzhledem k charakteru vykonávané činnosti na vyrovnávací příspěvek v těhotenství a mateřství nárok (například zaměstnankyně účastné pojištění ze zaměstnání malého rozsahu, zaměstnané na základě dohody o pracovní činnosti nebo dohody o provedení práce a podobně).

▶ Peněžitá pomoc v mateřství

Abyste měla nárok na **peněžitou pomoc v mateřství**, musíte být v okamžiku nástupu na mateřskou dovolenou plátcem nemocenského pojištění. To znamená, že jste buď klasicky zaměstnaná, nebo v tzv. ochranné lhůtě, která činí 180 dnů od zániku nemocenského pojištění.

Splňovat musíte i další podmínku pro nárok na dávku, tj. **účast na pojiš-**

tění alespoň 270 kalendářních dnů v posledních 2 letech před nástupem na mateřskou.

Pokud jste **OSVČ** a chcete čerpat mateřskou, musíte být účastna na nemocenském pojištění, jehož platba je zcela dobrovolná. Platba je přitom nutná alespoň **270 dnů v uplynulých dvou letech před čerpáním mateřské.**

Žena by měla nastoupit na mateřskou dovolenou **6 až 8 týdnů před termínem porodu**. V případě, že porodí předčasně, počítá se mateřská dovolená ode dne nástupu na mateřskou až do uplynutí **28 týdnů**. Vyčerpá-li však zaměstnankyně z mateřské dovolené z nějakého důvodu méně než 6 týdnů, náleží jí mateřská dovolená ode dne porodu pouze do uplynutí 22 týdnů (v případě narození dvou a více dětí 37 týdnů).

Pokud byste chtěla až do porodu pracovat, je to možné, ale za dny, kdy pracujete, nemáte na tuto dávku nárok.

Tiskopis **Peněžitá pomoc v mateřství** vám vydá váš ošetřující lékař – gynekolog a předáte ho svému zaměstnavateli. Vyplněný formulář odevzdejte svému zaměstnavateli a pokud jste OSVČ, tak přímo okresní pobočce ČSSZ.

Mateřská se vypočítává z denního vyměřovacího základu. Ten se zjistí

Pobírat peněžitou pomoc v mateřství může také otec dítěte (případně manžel matky dítěte). Tuto dávku lze začít čerpat až 6 týdnů po narození dítěte, muž musí navíc s matkou dítěte uzavřít písemnou dohodu o tom, že bude o dítě pečovat.



tak, že se váš příjem za posledních 12 měsíců dělí počtem „započitatelných“ kalendářních dnů připadajících na toto rozhodné období. Výši mateřské si můžete ověřit na *kalkulačce*.

Mateřskou vám **vyplatí** pobočka ČSSZ podle sídla vašeho zaměstnavatele nebo místa mzdové účtárny, a to nejpozději do 1 měsíce následujícího po dni, v němž vznikl na mateřskou nárok. **Podmínkou je i dodání řádně vyplněného dokladu pro nárok na výplatu mateřské, a to včetně příslušných dokladů.**

► Otcovská

Pokud máte dítě mladší 6 týdnů, můžete nastoupit na tzv. **otcovskou dovolenou**, která trvá **7 kalendářních dní** (započítávají se i svátky a víkendy).

O tuto dávku se žádá na předepsaném tiskopisu, který nese název **Žádost o dávku otcovské poporodní péče (otcovskou)**, před nástupem na čerpání dávky u svého zaměstnavatele. Ten ji

předá na okresní pobočku ČSSZ; OSVČ ji dodá přímo okresní pobočce ČSSZ.

Otec na otcovskou může nastoupit do 6 týdnů po narození dítěte. Dávka se poskytuje maximálně týden, tj. 7 kalendářních dnů ode dne nástupu na ni.

Co musíte splňovat:

- mít zdravotní pojištění (zaměstnanci ho mají automaticky, živnostníci si musejí platit dobrovolné nemocenské pojištění alespoň tři měsíce před nástupem na otcovskou dovolenou);
- během pobírání dávky nesmíte pracovat ani vykonávat svoje podnikání;
- musíte být zapsán v rodném listu jako otec dítěte.

Výše dávky činí 70 % denního výměrovacího základu a **vyplácí se zpětně**. Spočítat si ji můžete na *kalkulačce*.

7 Dávky důchodového pojištění

O **dávky důchodového pojištění** můžete požádat na příslušné okresní **pobočce České správy sociálního zabezpečení (ČSSZ)** v místě vašeho bydliště (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 6 Česká správa sociálního zabezpečení*, str. 199). Zde vám zodpoví i vaše dotazy a sdělí, co je nutné doložit k žádostem o důchodové dávky. Zákonná lhůta pro vyřízení žádosti je 90 dnů. Délka vyřízení závisí na tom, zda má ČSSZ k dispozici všechny podklady. Pokud chcete mít důchod vyplácen na účet u peněžního ústavu, musíte k žádosti přiložit vyplněný a bankou potvrzený tiskopis **Žádost o zařízení výplaty důchodu poukazem na účet**.

► Starobní důchod

Odejít do **starobního důchodu** máte právo, nikoliv povinnost. Dosažení důchodového věku a nároku na důchod není důvodem pro ukončení zaměstnání ani podnikání. Ve výdělečné činnosti lze pokračovat i po vzniku nároku na důchod a zvýšit si tak budoucí důchod.

Po odchodu do řádného starobního důchodu si **můžete dále vydělávat bez omezení**. Pokud jste pracující důchodce, máte možnost si požádat o přepočtení a zvýšení důchodu. Ten se provádí i zpětně (maximálně 5 let od

data podání žádosti). Na tento úkon má ČSSZ 90 dní. Váš důchod se nezvyšuje automaticky, **o přepočtení si musíte požádat**.

Pro přiznání starobního důchodu je nutné splnit dvě zákonné podmínky:

- **Dosáhnout požadovaného důchodového věku** – zkuste navštívit ČSSZ, kde s vámi prodiskutují individuálně vaši situaci, popřípadě použijte **věkovou kalkulačku** na stránkách ministerstva práce a sociálních věcí. Změna zákona o důchodovém pojištění od 1. 1. 2018 ukončuje **růst důchodového věku bez omezení** a stanoví jeho **strop v 65 letech**. Tento důchodový věk platí pro osoby narozené po roce 1971 a je stejný pro muže i ženy. U lidí narozených do roku 1971 je důchodový věk ještě diferencován v závislosti na roku narození a u žen hraje roli i počet vychovaných dětí.
- **Získat potřebnou dobu pojištění (odpracovaná léta)** – kromě dosažení odpovídajícího věku je třeba naplnit tuto další nezbytnou podmínku. Jedná se o dobu, po kterou za vás váš zaměstnavatel či zaměstnavatelé odváděli zákonné odvody. Při odchodu do důchodu v roce 2018 je potřebná doba pojištění alespoň 34 let, po roce 2018 35 let.

Co se také započítává do doby pojištění?

- ▶ Doba, kdy je člověk veden jako uchazeč o zaměstnání u úřadu práce a je mu vyplácena podpora, období bez podpory pak maximálně v rozsahu tří let. Pozor! Z doby před 55. rokem lze započítat pouze jeden rok.
- ▶ Doba studia na střední, vyšší odborné či vysoké škole (po dosažení věku 18 let, maximálně v délce 6 let).
- ▶ Péče o dítě do 4 let.
- ▶ Základní vojenská služba.
- ▶ Pobírání invalidního důchodu pro invaliditu třetího stupně.
- ▶ Doba péče o osobu závislou na pomoci jiné osoby a podobně.

Důchod se skládá ze dvou složek:

- ▶ **Ze základní výměry**, která je stanovena pevnou částkou. Ta je stejná pro všechny, bez ohledu na délku doby pojištění a výši výdělku.
- ▶ **Z procentní výměry**, která je řešena individuálně procentní sazbou z výpočtového základu podle získané doby pojištění.

Kolik bude váš důchod činit, se můžete dozvědět v předstihu. Přesný výpočet důchodu provedou pracovníci České správy sociálního zabezpečení na základě podané žádosti. Pro orientační výpočet důchodu můžete využít tzv. důchodovou kalkulačku. Tato pomůcka včetně přehledného návodu na její použití je dostupná na webu ministerstva práce a sociálních věcí.

I když zaměstnavatelé mají ze zákona povinnost svým zaměstnancům vyhotovit **evidenční listy důchodového pojištění** a předložit je k evidenci České správě sociálního zabezpečení, ne vždy svou povinnost z různých důvodů splní. **Dávejte si na ně pozor a pečlivě si je uschovejte.**

Českou správu sociálního zabezpečení je možné požádat o **výpis/přehled dob pojištění z evidence ČSSZ**, tzv. důchodové konto (Informativní osobní list důchodového pojištění). Slouží ke kontrole získaných dob pojištění a pomůže zjistit případné nesrovnalosti v evidovaných dobách pojištění v dostatečném předstihu před nárokem na důchod, aby bylo možné je vyřešit.



Pokud jste již získali potřebnou dobu pojištění, ale zároveň jste ještě nedosáhli předepsaného věku odchodu do důchodu pro váš ročník narození, můžete si požádat o **tzv. předčasný důchod**. Lze tak učinit v případě, že vám do řádného důchodu zbývají maximálně 3 roky (případně 5 let, pokud byste měl/a jít do důchodu déle než v 63 letech). Tento důchod je vyplácen ze státních fondů, a tak je později váš řádný důchod nižší. I v předčasném důchodu si můžete přivydělat, ale maximálně 10 000 Kč měsíčně. Pokud by měl být váš výdělek vyšší, je možné si výplatu předčasného důchodu přerušit.

Co je to „předdůchod“?

Tento termín se objevil díky soukromému doplňkovému penzijnímu spoření. Je to v podstatě předčasný důchod, na který jste si sami našetřili. Nevyužíváte tedy státní fondy a váš řádný starobní důchod se nijak nesnižuje. Doba strávená v předdůchodu se však nezapočítává do doby pojištění. V předdůchodu můžete být až 5 let v závislosti na velikosti vašich úspor. Na podrobnosti se zeptejte ve společnosti, u které si soukromé důchodové pojištění platíte.

Příkazy k výplatě, změně výše nebo zastavení výplaty důchodu je oprávněna vydávat pouze Česká správa sociálního zabezpečení. Splatnost důchodu je stanovena oznámením o výměře důchodu.

Důchody jsou na základě rozhodnutí vlády nepravidelně valorizovány v návaznosti na inflaci.

▶ Invalidní důchod

Osoba, u které došlo ke ztrátě nebo snížení pracovní schopnosti důsledkem vážné nemoci či úrazu, si může na **ČSSZ** požádat o invalidní důchod. Skutečnost, zda váš zdravotní stav odpovídá některému stupni invalidity, posoudí lékař **Lékařské posudkové služby ČSSZ**.

Rozlišujeme 3 stupně invalidity:

- ▶ **Invalidita 1. stupně** v případě poklesu pracovní schopnosti nejméně o 35 %.
- ▶ **Invalidita 2. stupně** v případě poklesu pracovní schopnosti nejméně o 50 %.
- ▶ **Invalidita 3. stupně** v případě poklesu pracovní schopnosti nejméně o 70 %.

Abyste měli nárok na invalidní důchod, musíte splňovat tyto podmínky:

- ▶ jste mladší než 65 let a ke dni vzniku invalidity nesplňujete nárok na starobní důchod nebo vám byl starobní důchod přiznán, ale vy nemáte důchodový věk;
- ▶ jste invalidní;
- ▶ máte potřebnou dobu pojištění pro vznik nároku.

Pokud vám vznikla plná invalidita **před dosažením 18 let**, může vám být přiznán zvláštní druh invalidity – **invalidita z mládí**. V tomto případě nemusíte mít žádnou dobu pojištění.

Správním rozhodnutím ČSSZ o invalidním důchodu uvádí:

- ▶ stupeň invalidity;
- ▶ den vzniku invalidity nebo den, od něhož došlo ke změně stupně invalidity;

O invalidní důchod musíte sami požádat. Žádost si nepsujete sami, ale pracovník důchodového oddělení na místně příslušné okresní správě sociálního zabezpečení. Poté vytištěnou žádost pouze podepíšete. Žádný formulář žádosti o invalidní důchod, který byste si mohli dopředu vyplnit, neexistuje.

Potřebné doklady k sepsání žádosti o invalidní důchod naleznete na webových stránkách ČSSZ, či vám tyto informace sdělí na místě příslušné okresní správě sociálního zabezpečení



- ▶ procentní míru poklesu pracovní schopnosti, u poklesu alespoň o 70 % také údaj o tom, zda jste schopni výdělečné činnosti za zcela mimořádných podmínek;
- ▶ orgán, který posoudil váš zdravotní stav a pracovní schopnost a datum posouzení;
- ▶ u pracovního úrazu či nemoci z povolání také to, že invalidita vznikla následkem pracovního úrazu či nemoci z povolání.

Invalidní důchod **nemusí být trvalý, závisí na vývoji vašeho zdravotního stavu**. Kontrolní lékařské prohlídky se provádí většinou jednou za 1 až 3 roky, podle závažnosti vašeho zdravotního stavu.

Invalidní důchod se po dosažení 65 let přemění na starobní důchod. Ten vám nadále náleží ve výši původně vypláceného důchodu invalidního.



▶ Vdovský a vdovecký důchod

Nárok na vdovský či vdovecký důchod vzniká v případě úmrtí manžela či manželky a za splnění podmínek daných **zákonem o důchodovém pojištění**. Na vdovský či vdovecký důchod máte nárok **bez ohledu na to, jak dlouho trvalo vaše manželství**. V případě úmrtí registrovaného partnera, druha nebo družky ale nikoliv. Stejně tak, pokud jste se rozvedli.

Nárok na vdovský či vdovecký důchod máte, pokud vám zemře manželka nebo manžel a zároveň:

- ▶ byl/a poživatelé starobního důchodu či invalidního důchodu;
- ▶ ke dni smrti splnil/a podmínku potřebné doby pojištění pro nárok na invalidní nebo starobní důchod;
- ▶ zemřel/a následkem pracovního úrazu.

Dočasný vdovský a vdovecký důchod se vyplácí po dobu **jednoho roku**.

Trvalý důchod můžete získat, pokud:

- ▶ pečujete o nezaopatřené dítě (definice pojmu viz str. 99);
- ▶ pečujete o dítě, které je závislé na péči jiné osoby ve stupni II (středně těžká závislost) nebo stupni III (těžká závislost), případně stupni IV (úplná závislost);
- ▶ pečujete o svého rodiče nebo rodiče zemřelého zákonného partnera, který s ním žije v domácnosti a je závislý na péči jiné osoby ve stupni II (středně těžká závislost) nebo stupni III (těžká závislost), případně stupni IV (úplná závislost);
- ▶ jste invalidní ve třetím stupni;
- ▶ dosáhnete zákonem stanoveného věku.

Pokud některou z těchto podmínek splníte do dvou let od konce pobírání dočasného vdovského či vdoveckého důchodu, můžete si o důchod opětovně zažádat.

Žádost o vdovský či vdovecký důchod podejte u příslušné okresní pobočky ČSSZ (sepisuje ji přímo pracovník důchodového oddělení).

Při podání žádosti si nezapomeňte:

- ▶ občanský průkaz (cizinci pas nebo povolení k pobytu);
- ▶ úmrtní list zemřelého;
- ▶ oddací list;
- ▶ rodný list dětí, pokud vdova nejpozději do roka od úmrtí manžela dosáhne vlastního důchodového věku, ale přitom nedosáhne alespoň 55 let;
- ▶ doklady týkající se zesnulého/ho, které se předkládají k žádosti o starobní nebo invalidní důchod, pokud zesnulý/á dosud důchod nepobíral/a (doklady o studiu nebo učení, a to i nedokončeném), muži doklady o výkonu vojenské služby, ženy doklady prokazující výchovu dětí, potvrzení zaměstnavatele o vyplácených náhradách za ztrátu na výděleku po skončení pracovní neschopnosti náležící za pracovní úraz (nemoc z povolání), potvrzení zaměstnavatele o zvláštním příspěvku horníkům, vypláceném před rokem 1996, chybí-li některé doby pojištění, jsou nutné náhradní doklady, jež prokazují výdělečnou

činnost – potvrzení zaměstnavatele, pracovní smlouvy, svědecká prohlášení a podobně.

Důchod se skládá ze dvou částí:

- ▶ **základní výměra** – 2 700 Kč/měsíc (od 1. 1. 2018);
- ▶ **procentní výměra** – polovina procentní výměry starobního důchodu nebo invalidního důchodu pro invaliditu III. stupně, na který v době smrti měl zemřelý nárok (nebo ho pobíral).

Výši vdovského důchodu tedy ovlivňují výdělky a doba pojištění zemřelého. V případě, že vdova/vdovec již pobírá invalidní nebo starobní důchod a má nárok i na výplatu vdovského důchodu, vyplácí se vyšší důchod v plné výši a z nižšího pouze polovina procentní výměry. V případě, že nižším důchodem je vdovský důchod (což je nejčastější varianta), dá se vdovský důchod spočítat jako čtvrtina procentní výměry důchodu zemřelého (základní výměra se již k vdovskému důchodu nevyplácí).

▶ **Sirotčí důchod**

Nezaopatřené dítě (definice pojmu viz str. 99) má nárok na sirotčí důchod

Nárok na vdovský/vdovecký důchod končí, jestliže se **znovu vdáte nebo oženíte**. Tuto skutečnost musíte České správě sociálního zabezpečení do 8 dnů nahlásit.

po svém rodiči (osvojiteli) nebo po osobě, která dítě převzala do péče, jestliže rodič (osvojitel) či tato osoba:

- ▶ pobírala starobní důchod;
- ▶ pobírala invalidní důchod (bez ohledu na stupeň invalidity);
- ▶ ke dni smrti splnila podmínku potřebné doby pojištění pro nárok na invalidní důchod;
- ▶ ke dni smrti měla nárok na starobní důchod;
- ▶ zemřela následkem pracovního úrazu.

Žádost o sirotčí důchod podává za nezletilého sirotka jeho zákonný zástupce (případně opatrovník), zletilý sirotek pak osobně. K žádosti o sirotčí důchod se předkládají doklady zemřelého rodiče a nezaopatřeného dítěte:

- ▶ občanský průkaz nebo rodný list dítěte;
- ▶ úmrtní list zemřelého rodiče (výpis z matriky, rozhodnutí soudu o prohlášení za mrtvého);
- ▶ je-li k dispozici rozhodnutí o přiznání starobního nebo invalidního důchodu;

- ▶ v případě, že zemřelý rodič dosud nebyl poživitelem důchodu, doklady prokazující dobu pojištění včetně náhradních dob pojištění (tzn. základní vojenskou službu, dobu studia, vedení v evidenci uchazečů o zaměstnání a podobně) nebo údaje o těchto dobách;
- ▶ u osvojeného dítěte rozhodnutí soudu;
- ▶ u dítěte převzatého zemřelým do péče nahrazující péči rodičů doklad prokazující svěřeni dítěte do péče;
- ▶ u dítěte, které již skončilo povinnou školní docházkou, potvrzení o studiu nebo učení, popřípadě další doklady prokazující jeho nezaopatřenost (zdravotní stav, vedení v evidenci uchazečů o zaměstnání dětí mladších 18 let a podobně).

Nárok na sirotčí důchod má dítě po každém z rodičů.



8 Dávky v nezaměstnanosti

Žadosti o dávky v nezaměstnanosti se podávají na **Úřadu práce ČR** podle místa vašeho trvalého bydliště (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 5 Úřad práce**, str. 196). Zde vám zodpoví i vaše dotazy a sdělí, co je nutné k žádosti doložit.

► Podpora v nezaměstnanosti

Nárok na podporu v nezaměstnanosti má uchazeč o zaměstnání, který splní zároveň zákonem stanovené podmínky. Tou základní je, že v předchozích dvou letech před evidencí odváděl alespoň po dobu 12 měsíců důchodové pojištění z předchozího zaměstnání.

Podmínku předchozího zaměstnání lze splnit i započtením náhradní doby pojištění, za kterou se považuje například:

- doba přípravy osoby se zdravotním postižením k práci;
- pobírání invalidního důchodu pro invaliditu III. stupně;

- péče o dítě do 4 let (rodičovská dovolená);
- péče o člověka, který pobírá příspěvek na péči ve II., III. nebo IV. stupni závislosti;
- péče o dítě do 10 let, které pobírá příspěvek na péči a podobně.

Různá je i **výše podpory v nezaměstnanosti**. Počítá se z průměrného čistého měsíčního příjmu v předchozím zaměstnání a činí:

- 1. a 2. měsíc – 65 % průměrného čistého měsíčního příjmu;
- 3. a 4. měsíc – 50 % průměrného čistého měsíčního příjmu;
- od 5. měsíce – 45 % průměrného čistého měsíčního příjmu.

Pokud jste v předchozích dvou letech nepracovali a podporu v nezaměstnanosti čerpáte na základě započtení náhradní doby pojištění, její výše se vypočítává z průměrné mzdy a činí v prvních dvou měsících 15 % průměrné mzdy, další dva měsíce 12 % a zbytek podpůrní doby 11 % průměrné mzdy.

Podpůrní doba (tj. doba, po kterou je dávka vyplácena) při podpoře v nezaměstnanosti se liší věkem a náleží:

- u osoby mladší 50 let 5 měsíců;
- u osoby ve věku 50 až 55 let 8 měsíců;
- u osoby starší 55 let 11 měsíců.



Při výkonu více zaměstnání, v nichž byl ukončen pracovní poměr ve stejný den, se výše podpory v nezaměstnanosti bere z průměrného čistého příjmu ve všech těchto zaměstnáních.

Pokud bylo některé ze zaměstnání ukončeno třeba jen o den později, počítá se výše podpory v nezaměstnanosti z čistého příjmu z nejpozději ukončeného zaměstnání.

► Podpora při rekvalifikaci

Pro lepší budoucí pracovní uplatnění nabízí úřady práce specializované **rekvalifikační kurzy**. Po dobu konání těchto kurzů náleží osobě (pokud nepobírá dávky nemocenského pojištění, starobní důchod či mzdu nebo náhradu mzdy), **podpora při rekvalifikaci**, a to i v případě, že není vedena v evidenci uchazečů o zaměstnání. Může ji pobírat po celou dobu trvání rekvalifikace. **Činí 60 % z průměrného měsíčního čistého výdělku nebo vyměřovacího základu**. Náklady hradí úřad práce na základě písemně uzavřené dohody s účastníkem.

Užitečné kontakty a informace

| | |
|---|-----|
| 1 Když nevíte kudy kam | 132 |
| 2 Poradenské služby | 136 |
| 3 Sociální služby v Pardubickém kraji | 145 |
| 4 Zdravotnické služby v Pardubickém kraji | 185 |
| 5 Úřad práce | 196 |
| 6 Česká správa sociálního zabezpečení | 199 |
| 7 Probační a mediační služba | 200 |
| 8 Nadace | 200 |
| 9 Okresní soudy v Pardubickém kraji | 200 |
| 10 Mateřská a rodinná centra | 201 |
| 11 Doprovázející organizace | 202 |

Kontaktní informace jsou aktuální k červenci 2020

1 Když nevíte kudy kam

► Sociální pracovník obce

Sociálního pracovníka obce může navštívit každý občan v tíživé sociální situaci či kdokoli, kdo má ve svém okolí někoho, kdo potřebuje pomoc. Sociální pracovník poskytuje své služby zcela zdarma, nezávazně a anonymně.

Zabývá se všemi cílovými skupinami klientů, zná svůj region, má přehled o sociálních službách a jejich dostupnosti. Spolupracuje s dalšími institucemi a odborníky, což přispívá ke zdárnému řešení situace klienta.

Kromě základního poradenství nabízí i podporu při hledání bydlení, zaměstnání, hospodaření s financemi, řešení dluhové situace, jednání na úřadech nebo při zajištění péče, eventuálně vhodných sociálních služeb či dávek. Ty nevyplácí, ale pomůže s vyplněním žádosti o ně, se získáním potřebných podkladů a nasměruje klienta na příslušná pracoviště. V případě, kdy není v jeho kompetenci mu pomoci, poradí, kde ji může obdržet.

Sociální pracovník obce:

- respektuje soukromí klienta a jeho právo na osobní svobodu a svobodu pohybu;

- poskytuje podporu a pomoc diskrétně, bez rozdílu pohlaví, rodinného stavu, národnosti, sociálního postavení, náboženského vyznání či sexuální orientace;
- nabídne možnosti řešení situace a respektuje rozhodnutí klienta, který může kdykoliv spolupráci ukončit;
- podporuje samostatnost a schopnosti klientů;
- přistupuje ke každému individuálně a je pro klienta partnerem;
- dodržuje mlčenlivost a osobní údaje předává jen se souhlasem klienta.

Jak kontaktovat sociálního pracovníka?

Sociální pracovník obce pracuje a pomáhá v terénu. Proto je vhodné domluvit si osobní návštěvu telefonicky, případně e-mailem. Kontakty na sociální pracovníky, kteří působí na obecních úřadech obcí s rozšířenou působností a obcích s pověřeným obecním úřadem, najdete níže (viz str. 134).

► Sociální kurátor pro dospělé

Je rovněž sociální pracovník, který pracuje jen na obci s rozšířenou působností. Tento pracovník obvykle po-

máhá lidem bez přístřeší, osobám po výkonu trestu odnětí svobody a dalším klientům. Kontakty na sociální kurátory, kteří působí na obecních úřadech obcí s rozšířenou působností, najdete níže (viz str. 134).

► Orgán sociálněprávní ochrany dětí (OSPOD)

Sociálněprávní ochranou dětí se rozumí zejména ochrana práv dítěte na příznivý vývoj dítěte a jeho řádnou výchovu, ochrana oprávněných zájmů dítěte včetně ochrany jeho jmění a působení směrem k obnovení narušených funkcí rodiny a zabezpečení náhradního rodinného prostředí pro dítě, které nemůže být trvale nebo dočasně vychováno ve vlastní rodině.

Každý OSPOD se dělí na několik základních specializací. Mezi tyto specializace lze zařadit náhradní rodinnou péči, kuratelů pro děti a mládež, ochranu zaměřenou na děti s CAN (týrané, zanedbávané a zneužívané děti). Výkon OSPOD se také zabývá kolizním opatrovictvím a terénní sociální prací. Ta je určena nezletilým dětem a jejich rodinám. Pomáhá i v dalších oblastech.

S čím se můžete obrátit na terénního sociálního pracovníka OSPOD?

- Pokud žádáte o rozvod, máte děti a nemůžete se dohodnout v péči o ně.
- Pokud je vám bráněno vidat se s dětmi po rozvodu/rozchodu.
- Pokud přichází potíže s placením výživného.
- Pokud cítíte strach o děti nebo o sebe (například kvůli násilí v rodině).
- Pokud máte výchovné problémy s dětmi.
- Pokud nastaly potíže při péči o děti.
- Pokud máte podezření na zanedbávání péče o děti, týrání či zneužívání.

Kontakty na sociální pracovníky OSPOD, kteří působí na obecních úřadech obcí s rozšířenou působností, najdete níže (viz str. 134).

► Obecní úřady obcí s rozšířenou působností a obce s pověřeným obecním úřadem

Obecní úřady obcí s rozšířenou působností

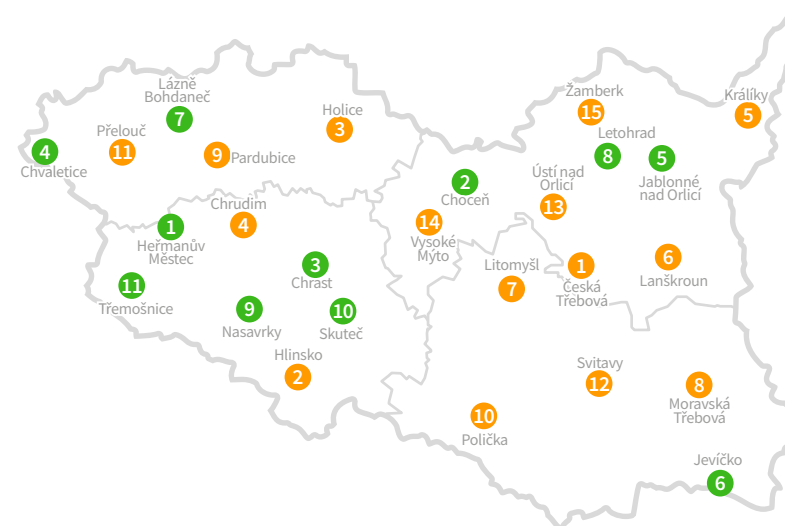
Na těchto úřadech působí sociální pracovníci pro dospělé, sociální kurátoři pro dospělé, sociální pracovníci sociálněprávní ochrany dětí, kurátoři pro děti a mládež, pracovníci prevence kriminality, protidrogoví koordinátoři, romští poradci:

| | |
|-----------|---|
| 1 | Městský úřad Česká Třebová Staré náměstí 78, 560 02 Česká Třebová; www.ceska-trebova.cz ; tel.: 465 500 111 |
| 2 | Městský úřad Hlinsko Poděbradovo náměstí 1, 539 23 Hlinsko; www.hlinsko.cz ; tel.: 469 315 300 |
| 3 | Městský úřad Holice Holubova 1, 534 01 Holice; www.mestoholice.cz ; tel.: 466 741 211 |
| 4 | Městský úřad Chrudim Resselovo nám. 77, 537 16 Chrudim; www.chrudim.eu ; tel.: 469 657 111 |
| 5 | Městský úřad Králíky Velké náměstí 5, 561 69 Králíky; www.kraliky.eu ; tel.: 465 670 701 |
| 6 | Městský úřad Lanškroun nám. J. M. Marků 12, 563 01 Lanškroun; www.lanskroun.eu ; tel.: 465 385 111, 465 385 220 |
| 7 | Městský úřad Litomyšl Bří Štastných 1000, 570 00 Litomyšl; www.litomysl.cz ; tel.: 461 653 333 |
| 8 | Městský úřad Moravská Třebová T. G. Masaryka 29/35, 571 01 Moravská Třebová; www.moravskatrebova.cz ; tel.: 461 353 111 |
| 9 | Magistrát města Pardubice Pernštýnské náměstí 1, 530 21 Pardubice; www.pardubice.eu ; tel.: 466 859 111 |
| 10 | Městský úřad Polička Palackého nám. 160, 572 01 Polička; www.policka.org ; tel.: 461 723 888 |
| 11 | Městský úřad Přelouč Československé armády 1665, 535 33 Přelouč; www.mestoprelouc.cz ; tel.: 466 094 111 |
| 12 | Městský úřad Svitavy T. G. Masaryka 5/35, 568 02 Svitavy; www.svitavy.cz ; tel.: 461 550 211 |
| 13 | Městský úřad Ústí nad Orlicí Sychrova ulice 16, 562 24 Ústí nad Orlicí; www.ustinadorlici.cz ; tel.: 465 514 111 |
| 14 | Městský úřad Vysoké Mýto B. Smetany 92, 565 01 Vysoké Mýto; www.urad.vysoke-myto.cz ; tel.: 465 466 111 |
| 15 | Městský úřad Žamberk Masarykovo náměstí 166, 564 01 Žamberk; www.zamberk.cz ; tel.: 465 670 211 |

Obce s pověřeným obecním úřadem

Na těchto úřadech působí sociální pracovníci pro dospělé:

| | |
|-----------|---|
| 1 | Městský úřad Heřmanův Městec Havlíčkova 801, 538 03 Heřmanův Městec; www.hermanuv-mestec.cz ; tel.: 464 603 500 |
| 2 | Městský úřad Choceň Jungmannova 301, 565 15 Choceň; www.chocen-mesto.cz ; tel.: 465 461 911 |
| 3 | Městský úřad Chrást Náměstí 1, 538 51 Chrást u Chrudimě; www.mestochrast.cz ; tel.: 469 666 100 |
| 4 | Městský úřad Chvaletice U Stadionu 237, 533 12 Chvaletice; www.chvaletice.cz ; tel.: 466 768 462 |
| 5 | Městský úřad Jablonné nad Orlicí náměstí 5. května 4, 561 64 Jablonné nad Orlicí; www.jablonno.cz ; tel.: 465 461 550 |
| 6 | Městský úřad Jevíčko Palackého nám. 1, 569 43 Jevíčko; www.jevicko.cz ; tel.: 461 327 810 |
| 7 | Městský úřad Lázně Bohdaneč Masarykovo náměstí 1, 533 41 Lázně Bohdaneč; www.lazne-bohdanec.cz ; tel.: 466 797 061 |
| 8 | Městský úřad Letohrad Václavské náměstí 10, 561 51 Letohrad; www.letohrad.eu ; tel.: 465 676 420 |
| 9 | Městský úřad Nasavrky Náměstí 77, 538 25 Nasavrky; www.nasavrky.cz ; tel.: 469 677 104 |
| 10 | Městský úřad Skuteč Palackého náměstí 133, 539 73 Skuteč; www.skutec.cz ; tel.: 469 326 403 |
| 11 | Městský úřad Třemošnice Náměstí Míru 451, 538 43 Třemošnice; www.tremosnice.cz ; tel.: 469 611 113 |



2 Poradenské služby

► Sociální poradenství

Sociální poradenství zahrnuje základní a odborné sociální poradenství. **Základní sociální poradenství** podává **každý sociální pracovník** osobám v nepříznivé sociální situaci. Jedná se o předání potřebných informací, které přispívají k řešení nepříznivé sociální situace, tj. pomoc při orientaci v problému, doporučení možných způsobů řešení a také nabídka vhodných služeb a institucí poskytujících podporu v dané oblasti.

Odborné sociální poradenství je druh registrované sociální služby, která je nabízena zdarma. Toto poradenství je zaměřeno na potřeby osob v různých specializovaných poradnách.

► Poradny dle druhu řešeného problému

Občanské poradny (č. 8, 9, 13, 14, 15) obvykle pomáhají řešit různé situace a mají široké zaměření.

Rodinná a manželská poradna poskytuje poradenství v oblasti rodinných a manželských vztahů, které zajišťuje příspěvková organizace Pardubického kraje Poradna pro rodinu Pardubického kraje (č. 16).

Psychologické poradenství obecně zajišťují kliničtí psychologové (na základě doporučení lékaře je hrazeno ze zdravotního pojištění), komerční psychologové a psychoterapeuti, u kterých je poradenství za úhradu.

Psychologická a psychoterapeutická pomoc je poskytována rodinným pečujícím v souvislosti s náročnými situacemi spojenými s péčí o blízkého.

- **Bethany, dům pomoci, z. ú.**; www.bethanydp.cz; tel.: 777 595 554; (str. 84) se zaměřuje na podpůrnou péči o seniory a jejich doprovázení, rovněž pomáhá pečujícím osobám, například při přechodu z domácího prostředí do pobytové sociální služby, což je v životě člověka velká změna, na kterou je potřeba se připravit.

- **energeia, o. p. s** (č. 7) se zaměřuje na komplexní péči o somatickou, psychickou i spirituální dimenzi v souvislosti s paliativní (zmírňující) péčí u nemocných dětí v terminálním stadiu nemoci. Podpora zahrnuje také poskytování podpory rodině nemocného dítěte. Tato organizace zároveň nabízí i terénní hospicovou péči.

Dluhové poradny poskytují zdarma sociální služby v oblasti dluhového poradenství (č. 4, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 17), přičemž některé poradny mají akreditaci k podání návrhu na oddlužení (č. 4, 9, 15, 17).

Poradny pro osoby se zdravotním postižením (č. 2, 5, 12, 18, 20, 21, 22, 23) nabízí služby osobám s různým typem zdravotního postižení. Organizace CEDR Pardubice, o. p. s. – Centrum Kompre poskytuje i komplexní podpůrné služby osobám po získaném poškození mozku a cévní mozkové příhodě a jejich rodinám v rámci služby **sociální rehabilitace** (viz str. 182).

Poradny pro seniory – poskytují poradenství seniorům v různých oblastech, např. poradny s celorepublikovým přesahem **Elpida** a **Život 90**.

Poradny pro osoby závislé jsou jednak poskytovány zdravotnickými službami (viz níže) a poskytovatelem sociálních služeb **Lexus, z. ú.** (č. 10 a rovněž viz *Kontaktní centra* – str. 167, *Sužby následné péče* – str. 181, *Terénní programy* – str. 180). S odvykáním kouření vám může pomoci **Národní linka pro odvykání kouření** (tel.: 800 350 000, <https://www.bez cigaret.cz/>). V oblasti drog a závislosti mohou poradit i odborníci na telefonních linkách s celorepublikovou působností:

- **Poradenská linka PREV-CENTRUM**, Praha; tel.: 233 355 459; <https://www.prevcentrum.cz/nase-sluzby/webova-poradna/>;
- **Poradenská linka Drop IN**, Praha; tel.: 222 221 124; stredisko@dropin.cz.

Závislosti je možné rovněž řešit i prostřednictvím **svépomocných skupin**:

- ▶ **Anonymní alkoholici**, Jiráskova 1270, Pardubice a Poličská 3, Předměstí, Svitavy;
- ▶ **Klub Lidí Usilujících o Abstinenci (KLUS)** – středisko Svitavy, Ústí nad Orlicí, Pardubice.

Zdravotnická zařízení poskytující poradenství a léčbu závislosti

- ▶ **Psychiatrické oddělení Pardubické nemocnice**, Kyjevská 44, 532 03 Pardubice; <http://pardubice.nempk.cz/psychiatrie>; tel.: 466 016 621 (ambulantní oddělení), 466 016 607 (lůžkové oddělení); součástí oddělení je protialkoholní a protitoxikomanická ambulance.
- ▶ **Oddělení psychiatrie a psychoterapie Svitavské nemocnice**, U Stadionu 11, 568 25 Svitavy; <http://svitavy.nempk.cz/oddeleni-psychiatrie-psychoterapie>; tel.: 461 569 248; součástí je lůžkové oddělení, ambulance pro léčbu osob závislých na psychoaktivních látkách a poradna pro léčbu závislosti.
- ▶ Pro osoby závislé na tabáku jsou k dispozici **centra pro léčbu závislosti na tabáku v Pardubické nemocnici** (plicní oddělení, <http://pardubice.nempk.cz/centrum-lecby-zavislosti-na-tabaku>; tel.: 725 561 753) a v Chrudimské nemocnici (tel.: 469 653 332).

Poradny pro oběti trestných činů (č. 3) a domácího násilí (viz kapitola 3 *Sociální služby v Pardubickém kraji – Intervenční centra*, str. 169).

Krizové poradenství mívá celorepublikovou působnost, některá krizová centra vám pomohou telefonicky, přes internet či osobně po předchozí domluvě. V Pardubickém kraji působí několik sociálních služeb krizové pomoci (viz kapitola 3 *Sociální služby v Pardubickém kraji – Krizová pomoc*, str. 168).

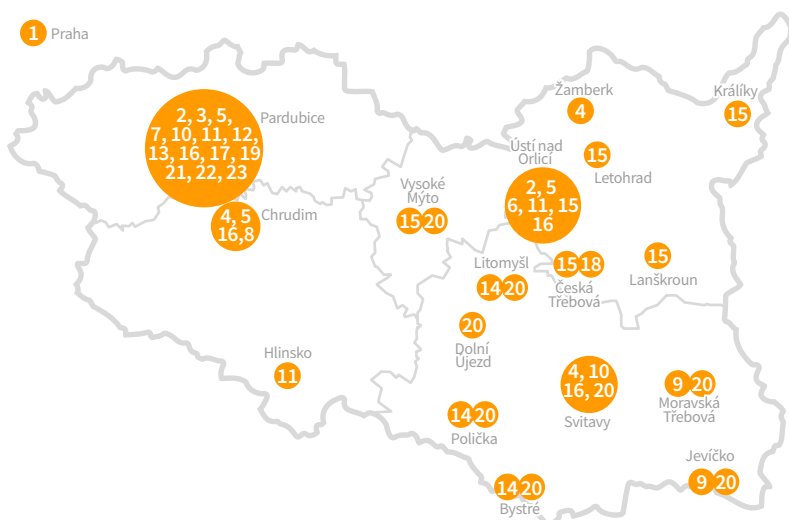
- ▶ **Gaudia-ISZ, psychoterapeutické centrum – poradna a internetové poradenství**, Korunní 111, Praha 2; tel.: 242 487 327, 773 993 036; info@gaudia.org.
- ▶ **Pražská linka důvěry** – nonstop krizová linka; tel.: 222 580 697; linka.duvery@csspraha.cz; chat: www.chat-pomoc.cz.
- ▶ **Centrum krizové intervence** – nonstop krizová linka; tel.: 284 016 666.
- ▶ **SOS centrum Diakonie** – krizová linka; tel.: 222 521 912, 777 734 173.

- ▶ **Krizové centrum RIAPS** – nonstop; Chelčického 39, Praha 3; tel.: 222 586 768, 222 582 151.
- ▶ **Centrum krizové intervence** – nonstop krizové centrum, Ústavní 91, Praha 8 (areál Bohnické léčebny); tel.: 284 016 666.
- ▶ **Linka důvěry Blansko** – nonstop telefonická krizová linka; tel.: 516 410 668; mobil: 737 234 078.
- ▶ **Anonymní telefonická linka pomoci v krizi** – krizová linka pro lidi v mimořádných situacích; tel.: 974 834 688; Skype: linkapomoci; pomoc.ski@pcr.cz.

Poradny pro cizince (č. 11, 19) slouží pro cizince, kteří žijí v České republice a pomáhají jim s různými problémy. Cizinci se rovněž mohou obracet na tyto instituce:

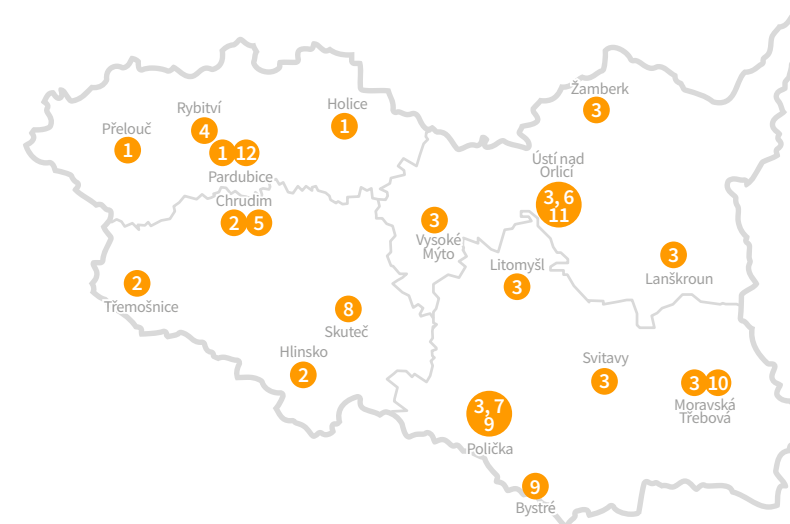
- ▶ **Cizinecká policie** (ohlášení příjezdu do ČR), Husova 860, 530 03 Pardubice; tel.: 974 561 829/828;
- ▶ **Odbor azylové a migrační politiky Ministerstva vnitra ČR (OAMP) Pardubice** (Vydávání pobytových oprávnění, hlášení změn v pobytu), Pernerova 168; tel.: 974 560 781.
- ▶ **Infolinka Ministerstva vnitra ČR** – všeobecné dotazy k imigračním záležitostem, k povolení pobytu v ČR a podávání žádostí o pobyt, k cestování po Schengenu aj.; <https://www.mvcr.cz/>; tel.: 974 820 680; pondělí–pátek: 9.00–14.00.
- ▶ V případě řešení sociálních záležitostí se obračejte na: **Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR** <https://www.mpsv.cz/>; na **Českou správu sociálního zabezpečení** či v případě žádosti o sociální dávky na **Úřad práce ČR**: <https://www.uradprace.cz/>, který rovněž pomáhá při hledání zaměstnání. V případě řešení záležitostí s podnikáním se obračejte na: **Obecní živnostenský úřad**, Gorkého 489, Pardubice; tel.: 466 859 398; jkm@mmp.cz.
- ▶ Cizinci se rovněž mohou v ČR obracet na svůj zastupitelský úřad či na příslušnou ambasádu.

Odborné sociální poradenství



- 1 Alfa Human Service, z. s.**
Na vrcholu 2595/25, 130 00 Praha 3; www.alfabet.cz; tel.: 603 317 997; martina.chmelova@alfabet.cz
- AUDIOHELP, z. s.**
www.audiohelp.cz
- 2 pracoviště Pardubice:** Bělehradská 389, 530 09 Pardubice; tel.: 466 301 888, 777 164 111; shw@email.cz
pracoviště Ústí nad Orlicí: Čs. armády 284, 562 01 Ústí nad Orlicí; tel.: 465 526 911, 602 957 243; kralvlada@seznam.cz
- 3 Bílý kruh bezpečí, z. s.**
17. listopadu 237, 530 02 Pardubice 2; www.bkb.cz; tel.: 732 923 462; bkb.pardubice@bkb.cz
- Centrum J. J. Pestalozziho, o. p. s.**
www.pestalozzi.cz; tel.: 725 838 213; pestalozzi@pestalozzi.cz
- 4 pracoviště Svitavy:** Milady Horákové 373/10, 568 02 Svitavy 2
pracoviště Chrudim: Štěpánkova 108, 537 01 Chrudim 1; Štěpánkova 107, 537 01 Chrudim 1
pracoviště Žamberk (krizové centrum): Masarykovo náměstí 86, 564 01 Žamberk; www.pestalozzi.cz; tel.: 725 838 127, 725 838 129; kcza@pestalozzi.cz
- Centrum pro zdravotně postižené a seniory Pardubického kraje, o. p. s.**
www.czp-pk.cz; tel.: 775 693 980; alena.karaskova@czp-pk.cz
- 5 pracoviště Chrudim:** Revoluční 594, 537 01 Chrudim 1; tel.: 469 620 320, 775 693 987
pracoviště Pardubice: Bělehradská 389, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; tel.: 466 335 630, 775 693 987
pracoviště Ústí nad Orlicí: Čs. armády 1181, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; tel.: 465 525 324, 775 693 985
- 6 Domov důchodců Ústí nad Orlicí**
Cihlářská 761, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; www.dduo.cz; tel.: 734 793 446; eva.plivova@dduo.cz
- energeia, o. p. s.**
Jahnova 8, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.energeia.cz; tel.: 775 577 534; psp@energeia.cz
- Farní charita Chrudim**
- 8 Školní náměstí 56, 537 01 Chrudim 1; www.chrudim.charita.cz; tel.: 469 622 953, 469 319 700; farni.charitacr@tiscali.cz**

- Charita Moravská Třebová**
- 9 www.mtrebova.charita.cz; tel.: 736 503 393, 739 002 756; poradna@mtrebova.charita.cz
pracoviště Moravská Třebová: Bránská 210/18, 571 01 Moravská Třebová
pracoviště Jevíčko: Palackého náměstí 1, 569 43 Jevíčko**
- Laxus, z. ú.**
- 10 www.laxus.cz; tel.: 734 316 540
pracoviště Pardubice: Jana Palacha 1552, 530 02 Pardubice 2; ambulance.pardubice@laxus.cz
pracoviště Svitavy: Wolkerova alej 92/18, Město, 568 02 Svitavy**
- MOST PRO o. p. s.**
www.mostlp.eu; tel.: 467 771 170; info@mostlp.eu
- 11 **pracoviště Pardubice (poradna pro cizince):** 17. listopadu 216, 530 02 Pardubice 2; tel.: 773 223 453
pracoviště Ústí nad Orlicí (občanská poradna): Mistra Jaroslava Kociána 53, 562 01 Ústí nad Orlicí 1
pracoviště Hlinsko (občanská poradna a poradna pro cizince): Poděbradovo náměstí 1, 539 01 Hlinsko v Čechách 1**
- Národní rada osob se zdravotním postižením ČR**
- 12 www.nrzp.cz
pracoviště Pardubice: Erno Košťála 1013, 530 12 Pardubice 12; tel.: 736 751 217; poradnapardubice@nrzp.cz**
- Občanská poradna Pardubice, z. s.**
- 13 17. listopadu 237, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.obcanskaporadnapardubice.cz; tel.: 466 989 574; op.pce@seznam.cz**
- Oblastní charita Polička**
www.policka.charita.cz; tel.: 461 725 552; reditel@pol.hk.caritas.cz
- 14 **pracoviště Litomyšl:** Moravská 1222, Litomyšl – Město, 570 01 Litomyšl; tel.: 731 604 683
pracoviště Polička: Vrchlického 185, Dolní Předměstí, 572 01 Polička; tel.: 461 723 758
pracoviště Bystré u Poličky: nám. Na podkově 68, 569 92 Bystré u Poličky**
- Oblastní charita Ústí nad Orlicí**
www.uo.charita.cz; tel.: 465 621 281, 734 281 415; sekretariat@uo.hk.caritas.cz
- 15 **pracoviště Vysoké Mýto:** Plk. B. Kohouta 914, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto
pracoviště Česká Třebová: Hýblova 63, 560 02 Česká Třebová
pracoviště Králíky: Moravská 647, 561 69 Králíky
pracoviště Lanškroun: Havlíčkova 1129, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun
pracoviště Ústí nad Orlicí: 17. listopadu 69, Ústí nad Orlicí, 562 01 Ústí nad Orlicí 1
pracoviště Letohrad: Družstevní 815, 561 51 Letohrad**
- Poradna pro rodinu Pardubického kraje**
www.poradnapardubice.cz, reditel@poradnapardubice.cz
- 16 **pobočka Pardubice:** Mozartova 449, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; tel.: 466 263 080, 603 273 948; pardubice@poradnapardubice.cz
pobočka Ústí nad Orlicí: Na Pláni 1343, Ústí nad Orlicí, 562 06 Ústí nad Orlicí 6; tel.: 465 525 442; usti@poradnapardubice.cz
pobočka Chrudim: Široká 29, 537 01 Chrudim 1; tel.: 469 319 632; chrudim@poradnapardubice.cz
pobočka Svitavy: Riegrova 2063/11, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; tel.: 461 532 604; svitavy@poradnapardubice.cz**
- Romodrom, o. p. s.**
- 17 www.romodrom.cz; tel.: 221 242 558; info@romodrom.cz
pracoviště Pardubice: Sukova třída 1556, 530 02 Pardubice; tel.: 774 792 309; katerinavoriskova@romodrom.cz**
- Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých**
www.sons.cz; tel.: 221 462 462; sons@sons.cz
- 18 **pracoviště Česká Třebová:** Mlýnská 900, 560 02 Česká Třebová 2**
- Správa uprchlických zařízení Ministerstva vnitra ČR**
www.integracnicentra.cz
- 19 **Centrum na podporu integrace cizinců Pardubický kraj**
Pernerova 444, 530 02 Pardubice 2; tel.: 466 989 228; icpardubice@suz.cz**

Středisko sociálních služeb Salvia, z. ú.www.salvia.cz; tel.: 461 535 324; salvia@salvia.cz**pracoviště Jevíčko:** Palackého nám. 1, 569 43 Jevíčko**pracoviště Svitavy:** Wolkerova alej 92/18, 568 02 Svitavy 2**20** **pracoviště Polička:** Družstevní 970, 572 01 Polička**pracoviště Moravská Třebová:** Svitavská 1475/20, 571 01 Moravská Třebová 1**pracoviště Bystré u Poličky:** Školní 453, 569 92 Bystré u Poličky**pracoviště Dolní Újezd:** Dolní Újezd 613, 569 61 Dolní Újezd u Poličky**pracoviště Litomyšl:** J. E. Purkyně 1150, 570 01 Litomyšl**Tichý svět, o. p. s.****21** www.tichy Svet.cz**pracoviště Pardubice:** Jana Palacha 1552, 530 02 Pardubice; tel.: 601 122 905; michaela.jirotkova@tichy Svet.cz**TyfloCentrum Pardubice, o. p. s.**www.tcpce.cz**22** **pracoviště Pardubice:** nábřeží Závodu míru 1961, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2;tel.: 466 500 615; pardubice@tyfloCentrum.cz**pracoviště Vysoké Mýto:** Plk. B. Kohouta 914, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; tel.: 774 415 173**pracoviště Chrudim:** Městský park 274, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; tel.: 469 623 368**Vída z. s.****23** www.vidacr.cz**pracoviště Pardubice:** Pernštýnské náměstí 55, 530 02 Pardubice; tel.: 775 585 157; pardubice@vidacentrum.cz**Poradenství v oblasti školství**

Pedagogicko-psychologická poradna (PPP) se zaměřuje na výchovné problémy dětí, diagnostikuje poruchy učení aj. Následně poskytuje rodičům i učitelům doporučení co dělat a zajišťuje další formu pomoci.

Pedagogicko-psychologická poradna Pardubice**1** Sukova třída 1260, 530 02 Pardubice; www.ppp-pardubice.cz; tel.: 466 410 327, 466 410 328 (ředitel)**pracoviště Přelouč:** Kladenská 494, 535 01 Přelouč; tel.: 606 082 589**pracoviště Holice:** Holubova 47, 534 01 Holice; tel.: 702 132 518**Pedagogicko-psychologická poradna Pardubice – organizační útvar Chrudim****2** Poděbradova 842, 537 01 Chrudim; www.ppp-pardubice.cz; tel.: 469 621 187**pracoviště Hlinsko:** Nádražní 548, 539 01 Hlinsko; tel.: 469 312 934**pracoviště Třemošnice:** Internátní 214, 538 43 Třemošnice; tel.: 702 132 517**Pedagogicko-psychologická poradna Ústí nad Orlicí**Královéhradecká 513, 562 01 Ústí nad Orlicí; www.pppuo.cz; tel.: 465 521 296, 776 611 695**pracoviště Lanškroun:** Dobrovského 630, 563 01 Lanškroun; tel.: 777 914 459**pracoviště Vysoké Mýto:** Plk. B. Kohouta 914, 566 01 Vysoké Mýto; tel.: 777 914 471**3** **pracoviště Žamberk:** Nádražní 550, 564 01 Žamberk; tel.: 465 611 023**pracoviště Litomyšl:** T. G. Masaryka 1160, 570 01 Litomyšl; tel.: 775 575 487**pracoviště Polička:** Nábřeží Svobody 447, 572 01 Polička; tel.: 775 575 484**pracoviště Moravská Třebová:** J. K. Tyla 9, 571 01 Moravská Třebová; tel.: 775 575 483**pracoviště Svitavy:** Riegrova 2063, 568 02 Svitavy; tel.: 461 532 486, 775 575 480, 775 575 481

Středisko výchovné pomoci (SVP) je zařízení zaměřující se na řešení obtíží týkajících se problémového chování ve školním i v domácím prostředí. Poskytovaná péče je zdarma (mimo příspěvků na stravování a v případě absolvování dvouměsíčního preventivně výchovného pobytu ve středisku).

SVP se zaměřuje především na:

- ▶ školní neúspěšnosti a záškoláctví;
- ▶ toulání a útěky z domova;
- ▶ problémy v rodinných vztazích;
- ▶ nerespektování autority dítětem;
- ▶ konflikty s vrstevníky;
- ▶ závadové trávení volného času;
- ▶ specifické vývojové poruchy učení;
- ▶ poruchy chování;
- ▶ děti se syndromem ADHD;
- ▶ počáteční fáze zneužívání návykových látek.

Klienty SVP mohou být: děti od 6 do 18 let, rodiče a další zákonní zástupci dítěte, případně třídní kolektivy. Služba je poskytována ambulantně či pobytově.

- 4 Středisko výchovné pomoci Pyramida**
Činžovních domů 146, 533 54 Rybitví; www.svppyramida.cz; tel.: 466 680 338, 723 134 604
- 5 Středisko výchovné pomoci Archa**
Školní nám. 11, 537 01 Chrudim; www.archa-chrudim.cz; tel.: 469 623 786, 721 677 279
- 6 Středisko výchovné péče Mimóza**
Andrlíkova 972, 562 01 Ústí nad Orlicí; www.svp-mimoza.cz; tel.: 465 526 969, 737 568 228
- 7 Středisko výchovné péče Svitavská ALFA**
Květná 40, 572 01 Polička; www.svpsy.cz; tel.: 731 712 458

Speciálně pedagogická centra (SPC) jsou součástí sítě školských poradenských zařízení. Poskytují služby poradenství a speciálně pedagogickou pomoc při výchově a vzdělávání dětí, žáků i studentů s mentálním, tělesným, zrakovým nebo sluchovým postižením, vadami řeči, souběžným postižením více vadami nebo autismem. Standardní psychologické a speciálně pedagogické poradenské služby jsou poskytovány bezplatně.

- 8 Speciálně pedagogické centrum Skuteč**
Rubešova 531, 539 73 Skuteč; www.spzs-skutec.cz; tel.: 731 557 442
- 9 Speciálně pedagogické centrum Bystré**
Náměstí Na podkově 68, 569 92 Bystré; www.szsbystre.cz; tel.: 724 291 333
pracoviště Polička: Nádražní 775, 572 01 Polička; www.szspolicka.cz; tel.: 724 291 333
- 10 Speciálně pedagogické centrum Moravská Třebová**
Komenského 287, 571 01 Moravská Třebová; www.specmt.com; tel.: 461 310 467
- 11 Speciálně pedagogické centrum Kamíněk**
Lázeňská 206, 562 01 Ústí nad Orlicí; www.spckaminek.websnadno.cz; tel.: 465 523 715, 733 700 038, 733 313 749
- 12 Speciálně pedagogické centrum Svítání**
Komenského 432, 530 03 Pardubice; www.svitani.cz; tel.: 466 049 917, 736 753 651

3 Sociální služby v Pardubickém kraji

Sociální služby pomáhají lidem v nepříznivých životních situacích žít běžným životem – starat se sami o sebe a o domácnost, aktivně trávit volný čas a podobně. Jsou určeny jednotlivcům i rodinám a zaměřují se na zachování co nejvyšší kvality a důstojnosti jejich života.

Mezi nejpočetnější skupiny klientů patří zejména senioři, lidé se zdravotním postižením, rodiny s dětmi, ale také lidé, kteří z různých důvodů žijí na okraji společnosti.

Sociální služby se řídí zákonem č. 108/2006 Sb. o sociálních službách a vyhláškou Ministerstva práce a sociálních věcí ČR č. 505/2006 Sb., která upravuje některá ustanovení zákona o sociálních službách.

► Kdo sociální služby poskytuje a kde najdeme informace

Obce a kraje vytvářejí vhodné podmínky pro rozvoj sociálních služeb. Kromě toho často zřizují organizace, které je poskytují. Široké spektrum sociálních služeb nabízí nestátní ne-

ziskové organizace, fyzické osoby, ale také soukromé společnosti. Oprávnění k jejich poskytování zajistí registrace sociálních služeb.

Registr poskytovatelů sociálních služeb je veden na krajských úřadech a veřejný registr je k dispozici na webových stránkách: <https://www.mpsv.cz/web/cz/registr-poskytovatelu-sluzeb>. Pokud si vybíráte poskytovatele sociálních služeb, vždy si ověřte, zda má potřebná oprávnění a registraci. V registru poskytovatelů lze hledat podle druhu služby, podle kraje, okresu, formy (terénní, ambulantní, pobytová), věku a okruhu osob, na který je služba zaměřena.

Informace o sociálních službách a jejich poskytování lze získat například na obecních, městských či krajských úřadech, na věcně příslušných odborech sociálních věcí, u zdravotně sociálních pracovníků zdravotnických zařízení. Poradí vám také v občanských nebo jiných specializovaných poradnách. Základní informace se vždy zdarma dozvíte i přímo u poskytovatelů sociálních služeb.

Krajský úřad Pardubického kraje

Komenského náměstí 125, 532 11 Pardubice; www.pardubickykraj.cz; tel.: 466 026 111; posta@pardubickykraj.cz.



► Základní druhy sociálních služeb

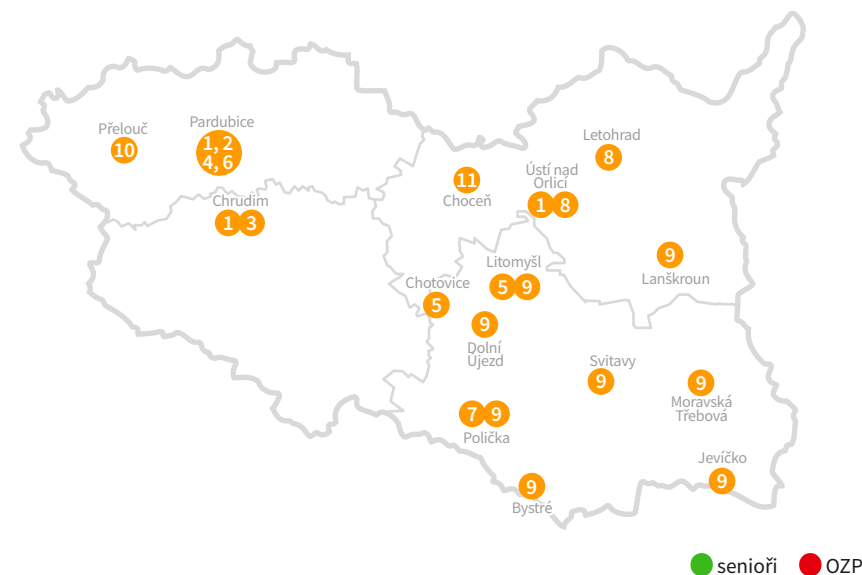
Služby sociální péče jsou vybrané sociální služby, které napomáhají lidem zajistit jejich fyzickou a psychickou soběstačnost. Cílem je umožnit jim v nejvyšší možné míře zapojit se do běžného života a zajistit jim důstojné prostředí a zacházení. Do služeb sociální péče patří:

- osobní asistence;
- pečovatelská služba;
- tísňová péče;
- průvodcovské a předčitatelské služby;
- podpora samostatného bydlení;
- odlehčovací služby;
- centra denních služeb;
- denní stacionáře;
- týdenní stacionáře;
- domovy pro osoby se zdravotním postižením;
- domovy pro seniory;
- domovy se zvláštním režimem;
- chráněné bydlení;
- sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních lůžkové péče.

Cílem **služeb sociální prevence** je napomáhat osobám překonat jejich nepříznivé sociální situace a chránit společnost před vznikem a šířením nežádoucích společenských jevů (sociální vyloučení, kriminalita apod.). Do služeb sociální prevence patří:

- raná péče;
- telefonická krizová pomoc;
- tlumočnické služby;
- azylové domy;
- domy na půl cesty;
- kontaktní centra;
- krizová pomoc;
- intervenční centra;
- nízkoprahová denní centra;
- nízkoprahová zařízení pro děti a mládež;
- noclehárny;
- služby následné péče;
- sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi;
- sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením;
- sociálně terapeutické dílny;
- terapeutické komunity;
- terénní programy;
- sociální rehabilitace.

Osobní asistence pomáhá člověku v oblasti osobní péče, vedení domácnosti, s doprovody apod. Je poskytována v domácnosti a v prostředí, kde se člověk pohybuje, žije, pracuje, vzdělává se atd. Cílem této služby je asistovat lidem v tom, co sami nezvládnou, s ohledem na jejich zdravotní stav či věk, a to tak, aby mohli žít co nejvíce samostatně, jak jsou zvyklí.

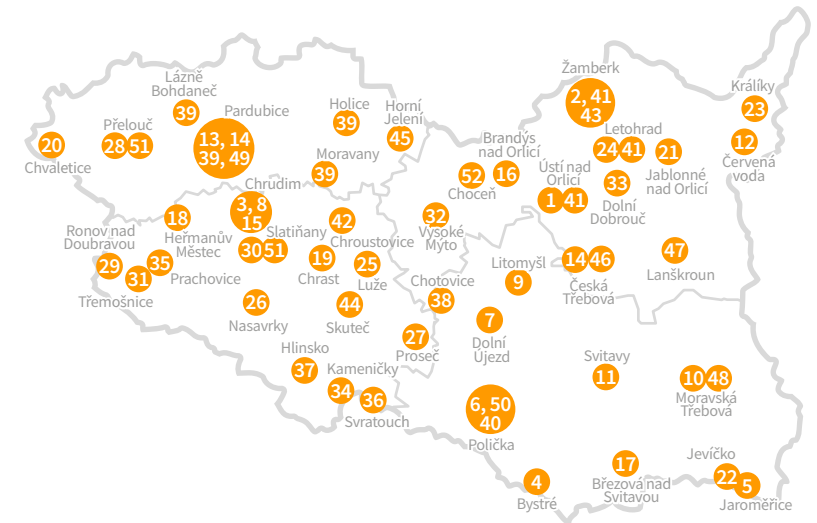


| | senioři | OZP |
|--|---------|-----|
| Centrum pro zdravotně postižené a seniory Pardubického kraje, o. p. s. www.czp-pk.cz ; tel.: 775 693 985; czp-pk@centrum.cz | | |
| 1 pracoviště Pardubice: Bělehradská 389, 530 09 Pardubice 9 | ● | ● |
| pracoviště Chrudim: Revoluční 594, 537 01 Chrudim 1 | | |
| pracoviště Ústí nad Orlicí: Čs. armády 1181, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; tel.: 465 525 324 | | |
| Česká abilympijská asociace, z. s. | | |
| 2 Sladkovského 2824, 530 02 Pardubice 2; www.centrumkosatec.cz ; tel.: 777 006 525, pavlina.potuckova@centrumkosatec.cz | ● | ● |
| Farní charita Chrudim | | |
| 3 Školní náměstí 56, 537 01 Chrudim 1; www.chrudim.charita.cz ; tel.: 469 622 953, 703 855 499; farni.charitacr@tiscali.cz | ● | ● |
| HEWER, z. s. | | |
| 4 Masarykovo náměstí 1544, 530 02 Pardubice 2; www.hewer.cz ; tel.: 736 505 556; pardubicko@hewer.cz | ● | ● |
| Oblastní charita Nové Hradky u Skutče | | |
| 5 Chotovice 31, 570 01 Litomyšl; www.novehrady.charita.cz ; tel.: 733 161 623; reditel@charita.info | ● | ● |
| Oblastní charita Pardubice | | |
| 6 V Ráji 732, 530 02 Pardubice 2; www.pardubice.charita.cz ; tel.: 777 296 850; mhubalkova@charitapardubice.cz | ● | ● |

| | | |
|---|---|---|
| 7 Oblastní charita Polička Tylova 247, 572 01 Polička; www.policka.charita.cz ; tel.: 731 598 814; chps.oo@pol.hk.caritas.cz | ● | ● |
| Oblastní charita Ústí nad Orlicí 8 Taušlova 714, 561 51 Letohrad; www.uo.charita.cz ; tel.: 734 769 711; osobni.asistence@uo.hk.caritas.cz | ● | ● |
| Středisko sociálních služeb Salvia, z. ú. 9 Wolkerova alej 92/18, 568 02 Svitavy 2; www.salvia.cz ; tel.: 461 535 324; salvia@salvia.cz služba je poskytována: Svitavy, Litomyšl, Polička, Jevíčko, Dolní Újezd u Litomyšle, Bystré, Moravská Třebová, Lanškroun | ● | ● |
| Včelka sociální služby o. p. s. www.pevecelka.cz | | |
| 10 pracoviště Přelouč: Hradecká 1383, 535 01 Přelouč; tel.: 725 937 005; madali@pevecelka.cz pracoviště Slatiňany: Vrchlického 168, 538 21 Slatiňany; tel.: 601 327 569; vareckova@pevecelka.cz | ● | ● |
| 11 Zařízení sociální péče Choceň Dr. Fikejze 525, 565 01 Choceň; www.pomahamti.cz ; tel.: 731 053 286; cermakova@zspchocen.cz | ● | ● |

● senioři ● OZP

Pečovateľská služba pomáhá lidem zvládnout běžné každodenní činnosti související s péčí o sebe nebo o svou domácnost (například s koupáním, se zajištěním jídla, s nákupy apod.). Jejím cílem je ulehčit jim v tom, co sami nezvládnou, tak, aby mohli zůstat doma a žít jako dosud.



● senioři ● OZP ● rodiny s dětmi

| | | | |
|--|---|---|---|
| 1 Centrum sociální péče města Ústí nad Orlicí Na Pláni 1343, 562 06 Ústí nad Orlicí 6; www.csp-uo.cz ; tel.: 728 916 474; koordinator@csp-uo.cz | ● | ● | ● |
| 2 Centrum sociální péče města Žamberk Albertova 357, 564 01 Žamberk; www.cspzamberk.cz ; tel.: 465 617 101, 465 617 105, 731 458 225; csp.zamberk@seznam.cz , socialni.csp.zamberk@seznam.cz | ● | ● | ● |
| 3 Centrum sociálních služeb a pomoci Chrudim Soukenická 158, 537 01 Chrudim 1; www.socialni-sluzby.cz ; tel.: 469 639 919; centerum@socialni-sluzby.cz | ● | ● | ● |
| DOMOV Bystré, o. p. s. 4 Školní 453, 569 92 Bystré u Poličky; www.domovbystre.cz ; tel.: 461 741 308, 607 785 488; pecdomov@atlas.cz | ● | ● | |
| Domov na Kalvárii s. r. o. 5 Jaroměřice 271, 569 44 Jaroměřice u Jevíčka; www.domovkalvarie.cz ; tel.: 776 873 333, 608 735 333; domov.kalvarie@seznam.cz | ● | ● | |
| Dům s pečovatelskou službou Penzion Polička 6 Družstevní 970, 572 01 Polička; www.dpspolicka.cz ; tel.: 461 753 111; reditel@dpspolicka.cz | ● | ● | |

| | | | | |
|-----------|--|---|---|---|
| 7 | Farní charita Dolní Újezd Dolní Újezd 613, 569 61 Dolní Újezd u Litomyšle; www.dolniujezd.charita.cz ; tel.: 461 631 672, 731 598 854; chardolujezd@tiscali.cz | ● | ● | |
| 8 | Farní charita Chrudim Školní náměstí 56, 537 01 Chrudim 1; www.chrudim.charita.cz ; tel.: 469 622 953, 703 855 499; farni.charitacr@tiscali.cz | ● | ● | ● |
| 9 | Farní charita Litomyšl Bělidla 392, 570 01 Litomyšl; www.litomysl.charita.cz ; tel.: 733 599 820; chps@lit.cz | ● | ● | ● |
| 10 | Charita Moravská Třebová Svitavská 655/44, 571 01 Moravská Třebová 1; www.mtrebova.charita.cz ; tel.: 733 742 083; chps@mtrebova.charita.cz | ● | ● | |
| 11 | Charita Svitavy Polní 354/2, 568 02 Svitavy 2; www.svitavy.charita.cz ; tel.: 731 003 394; chps@svitavy.charita.cz | ● | ● | |
| 12 | Charita Zábřeh Červená Voda 372, 561 61 Červená voda 1; www.charitazabreh.cz ; tel.: 736 509 449; pecovatelska@charitazabreh.cz | ● | ● | ● |
| 13 | Kamilka s. r. o. Gorkého 2573, 530 02 Pardubice 2; www.kamilka.eu ; tel.: 733 703 051; kdp.pce@seznam.cz | ● | ● | |
| 14 | Komunitní centrum Petrklíč, z. s. www.petrklice.cz ; tel.: 605 366 931; koordinator.uo@petrklice.cz pracoviště Česká Třebová: Nové náměstí 1746, 560 02 Česká Třebová 2 pracoviště Pardubice: Staročernská 1799, 530 03 Pardubice 3 | ● | ● | ● |
| 15 | Lůžkové a sociální centrum pro seniory o. p. s. Obce Ležáků 166, 537 01 Chrudim 1; www.domovsenioruchrudim.cz ; tel.: 777 006 021; domovsenioru2@chrudim.cz | ● | ● | |
| 16 | Město Brandýs nad Orlicí Kadlčíkova 280, 561 12 Brandýs nad Orlicí; www.mesto-brandys.cz ; tel.: 465 544 211; info@mesto-brandys.cz | ● | ● | |
| 17 | Město Březová nad Svitavou Zahradní 307, 569 02 Březová nad Svitavou; www.brezova.cz ; tel.: 461 521 280, 461 521 181; dps@brezova.cz | ● | | |
| 18 | Město Heřmanův Městec Masarykovo náměstí 950, 538 03 Heřmanův Městec; www.hermanuv-mestec.cz ; tel.: 464 603 520, 469 695 161; jana.kopeccka@mesto-hm.cz | ● | ● | |
| 19 | Město Chrast U Vodojemu 782, 538 51 Chrast u Chrudimě; www.mestochrast.cz ; tel.: 469 667 411; starostka@mestochrast.cz | ● | ● | ● |
| 20 | Město Chvaletice U Stadionu 236, 533 12 Chvaletice; www.chvaletice.cz ; tel.: 466 985 032; pecovatelskaslužba@chvaletice.cz | ● | ● | |
| 21 | Město Jablonné nad Orlicí Aloise Hanuše 176, 561 64 Jablonné nad Orlicí; www.jablonno.cz ; tel.: 465 461 557, 602 474 680, 739 460 920; prudilova@jablonno.cz | ● | ● | |
| 22 | Město Jevíčko Koblišná 125, 569 43 Jevíčko; www.jevicko.cz ; tel.: 461 326 518, 703 145 731; jevicko@jevicko.cz , psjevicko@seznam.cz | ● | ● | |

| | | | | |
|-----------|--|---|---|---|
| 23 | Město Králíky Na Křížovatce 193, 561 69 Králíky; www.kraliky.eu ; tel.: 724 894 938; css.kraliky@centrum.cz | ● | ● | |
| 24 | Město Letohrad Sokolovská 16, 561 51 Letohrad; www.letohrad.eu ; tel.: 465 676 420, 465 676 539; ml.dps@letohrad.eu , podatelna@letohrad.eu | ● | ● | |
| 25 | Město Luže Na Výsluní 9, 538 54 Luže; www.luze.cz ; tel.: 469 672 015; dps@luze.cz | ● | ● | |
| 26 | Město Nasavrky Slatiňanská 66, 538 25 Nasavrky; www.nasavrky.cz ; tel.: 469 669 311, losenicka@nasavrky.cz | ● | ● | |
| 27 | Město Proseč Proseč 344, 539 44 Proseč u Skutče; www.prosec.cz ; tel.: 469 319 480, 469 321 137; matrika@prosec.cz | ● | ● | |
| 28 | Město Přelouč Sluneční 1516, 535 01 Přelouč; www.mestoprelouc.cz ; tel.: 466 953 216, 723 029 207; ps@mestoprelouc.cz | ● | ● | ● |
| 29 | Město Ronov nad Doubravou sídlíště Pod nádražím 561, 538 42 Ronov nad Doubravou; www.ronovnd.cz ; tel.: 469 690 201, 608 725 113; psronov@seznam.cz | ● | ● | ● |
| 30 | Město Slatiňany Farská 765, 538 21 Slatiňany; www.slatinany.cz ; tel.: 469 682 555; dps@slatinany.cz | ● | ● | |
| 31 | Město Třemošnice Jižní 438, 538 43 Třemošnice; www.tremosnice.cz ; tel.: 469 661 406, 469 313 397; ps@tremosnice.cz , endrychova@tremosnice.cz | ● | ● | ● |
| 32 | Město Vysoké Mýto B. Smetany 92, 566 01 Vysoké Mýto; www.vysoke-myto.cz ; tel.: 465 466 111; radnice@vysoke-myto.cz | ● | ● | |
| 33 | Obec Dolní Dobrouč Dolní Dobrouč 62, 561 02 Dolní Dobrouč; www.dolnidobrouc.cz ; tel.: 465 543 310; obecniurad@dolnidobrouc.cz | ● | ● | |
| 34 | Obec Kameničky Kameničky 87, 539 41 Kameničky; www.obec-kamenicky.cz ; tel.: 469 318 122; starosta@obec-kamenicky.cz | ● | ● | |
| 35 | Obec Prachovice Chrudimská 20, 538 04 Prachovice; www.obecprachovice.cz ; tel.: 469 663 226; dps.obecprachovice.cz | ● | ● | ● |
| 36 | Obec Svratouch Svratouch 15, 539 42 Svratouch; www.svratouch.cz ; tel.: 566 662 335, 566 502 271, 777 939 176; ou@svratouch.cz | ● | ● | |
| 37 | Obec Vysočina Dřevíkov 55, 539 01 Hlinsko v Čechách 1; www.obecvysocina.cz ; tel.: 469 333 162, 602 149 095; obec.vysocina@tiscali.cz | ● | ● | |
| 38 | Oblastní charita Nové Hradý u Skutče Služba je poskytována: Chotovice, Hlinsko; www.novehrady.charita.cz ; tel.: 733 161 623; pecovatelky@charita.info | ● | ● | |

● senioři ● OZP ● rodiny s dětmi

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| | Oblastní charita Pardubice V Ráji 732, 530 02 Pardubice 2; www.pardubice.charita.cz ; tel.: 777 296 850, 466 335 026; mhubalkova@charitapardubice.cz | | | |
| 39 | pracoviště Holice: Palackého 1131, 534 01 Holice; tel.: 775 296 829; holic@charitapardubice.cz pracoviště Lázně Bohdaneč: Šípkova 49, 533 41 Lázně Bohdaneč; tel.: 775 296 832; bohdanec@charitapardubice.cz pracoviště Moravany u Holic: nám. Hrdinů 13, 533 72 Moravany u Holic; tel.: 775 296 829; moravany@charitapardubice.cz | ● | ● | ● |
| | Oblastní charita Polička Tylova 247, 572 01 Polička; www.policka.charita.cz ; tel.: 461 722 218; chps.oo@pol.hk.caritas.cz | ● | ● | |
| | Oblastní charita Ústí nad Orlicí Na Kopečku 356, 561 51 Letohrad; www.uo.charita.cz | | | |
| 41 | pracoviště Kerhartice: Sokolská 68, Kerhartice, 562 04 Ústí nad Orlicí 4; tel.: 465 522 375, 731 402 341; chps.uo@uo.hk.caritas.cz pracoviště Letohrad: Taušlova 714, 561 51 Letohrad; tel.: 465 621 281, 734 769 711; chps.let@uo.hk.caritas.cz | ● | ● | |
| | Odborné učiliště Chroustovice Chroustovice 1, 538 63 Chroustovice; www.chroustovice.cz ; tel.: 469 674 447; uciliste@chroustovice.cz | ● | ● | |
| | Rozvoj regionu obcí pod Zemskou branou | | | |
| 43 | Pastviny 140, 564 01 Žamberk; www.zemska-brana.cz ; tel.: 730 899 903, 734 575 057; bdsp@zemska-brana.cz | ● | ● | |
| | SeniorCentrum Skuteč Smetanova 914, 539 73 Skuteč; www.scskutec.cz ; tel.: 469 699 900, 602 161 184; tumpach.josef@scskutec.cz | ● | ● | |
| | SKP-CENTRUM, o. p. s. K Dubu 702, 533 74 Horní Jelení; www.skp-centrum.cz ; tel.: 466 030 617; simeon.info@skp-centrum.cz | ● | ● | |
| | Sociální služby Česká Třebová Masarykova 2100, 560 02 Česká Třebová; www.ssct.cz ; tel.: 736 520 001; pec.sluzba@socialnisluzbyct.cz | ● | ● | |
| | Sociální služby Lanškroun Janáčkova 1003, 563 01 Lanškroun; www.soslla.cz ; tel.: 775 434 296, 465 503 006; soc.pracovnik@soslla.cz | ● | ● | |
| | Sociální služby města Moravská Třebová Svitavská 1475/20, 571 01 Moravská Třebová 1; www.ddmt.cz ; tel.: 461 318 252; soc.sluzby@mtrebova-city.cz | ● | ● | |
| | Sociální služby města Pardubic kpt. Jaroše 726, 531 81 Pardubice 2; www.ssmpe.cz ; tel.: 466 415 191; jana.kalvova@ssmpce.cz | ● | ● | ● |
| | Svazek obcí AZASS Eimova 294, Horní Předměstí, 572 01 Polička; www.tiscali.cz ; tel.: 461 722 700; azass@tiscali.cz | ● | ● | |

Včelka sociální služby o. p. s.www.pecevelka.cz

- 51 **pracoviště Přelouč:** Hradecká 1383, 535 01 Přelouč; tel.: 725 937 005; madali@pecevelka.cz
pracoviště Slatiňany: Vrchlického 168, 538 21 Slatiňany; tel.: 601 327 569; vareckova@pecevelka.cz

Zařízení sociální péče Choceň

- 52 Dr. Fikejze 525, 565 01 Choceň 1; www.pomahamti.cz; tel.: 465 471 974, 732 472 785, 732 465 574, 465 472 105; hudeckova@unet.cz

● senioři ● OZP ● rodiny s dětmi

Tísňová péče zajišťuje osobám se sníženou soběstačností bezpečí v domácím prostředí. Jde o telefonickou pomoc v krizových situacích, která je zajištěna prostřednictvím běžných telefonů, popř. speciálním zařízením s tísňovým tlačítkem. V případě nouze se osoba stiskem tlačítka nebo vytočením příslušného čísla spojí s nonstop dispečinkem, který zajistí pomoc (zpětné volání, vyslání rychlé pomoci).

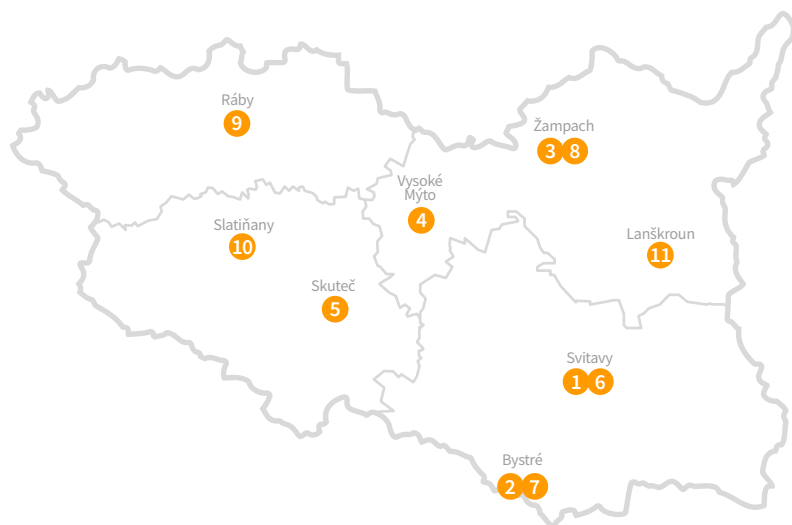
V Pardubickém kraji působí poskytovatelé tísňové péče s celorepublikovým přesahem, např. Život 90, Život Plus, Linet eu s. r. o. a další, kontakty lze dohledat na webových stránkách těchto organizací. Systém tísňového volání mimo sociální služby zajišťují rovněž některé obce, u kterých se lze informovat, zda tuto službu nabízí a za jakých podmínek.

Průvodcovské a předčitatelské služby jsou určeny osobám, které mají sníženou schopnost orientace a komunikace, zpravidla z důvodu zrakového postižení, a napomáhají jim vyřídit potřebné osobní záležitosti.

TyfloCentrum Pardubice, o. p. s.nábřeží Závodu míru 1961, 530 02 Pardubice 2; www.tcpce.cz

- pracoviště Vysoké Mýto:** Plk. B. Kohouta 914, 566 01 Vysoké Mýto; tel.: 774 415 173;
pracoviště Chrudim: Městský park 274, 537 01 Chrudim 1; tel.: 469 623 368;
pracoviště Pardubice: nábřeží Závodu míru 1961, 530 02 Pardubice 2; tel.: 466 500 615; pardubice@tyflocentrum.cz

Podpora samostatného bydlení a Chráněné bydlení



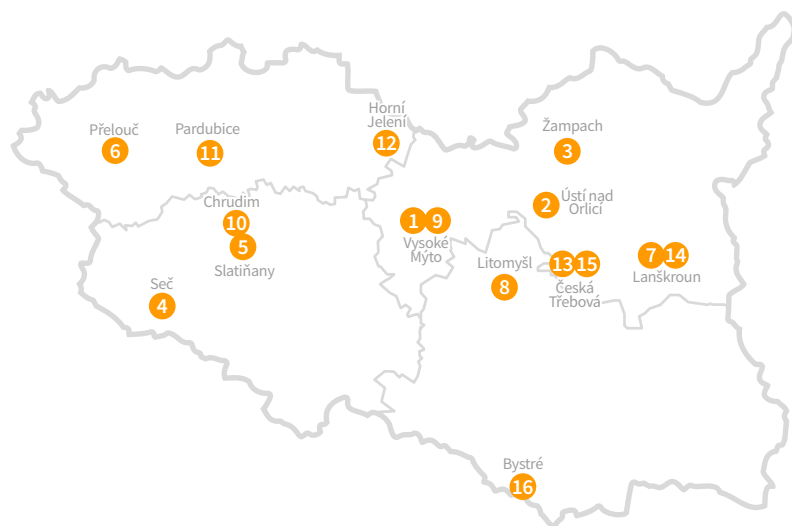
Podpora samostatného bydlení je poskytována terénní formou a pomáhá osobám se zdravotním postižením nebo duševním onemocněním v jejich domácnosti s každodenními činnostmi. Služba je nabízena za úhradu podle skutečného rozsahu pomoci.

- 1 Domov na rozcestí Svitavy**
Tkalcovská 381/1, Lány, 568 02 Svitavy 1; www.dnrsvitavy.cz; tel.: 468 008 101; jaroslava.filipova@dnrsvitavy.cz
- 2 Domov na zámku Bystré**
Zámecká 1, 569 92 Bystré u Poličky; www.dnzbystre.cz; tel.: 461 741 212; dnzbystre@dnzbystre.cz
- 3 Domov pod hradem Žampach**
Žampach 1, 564 01 Žamberk; www.uspza.cz; tel.: 465 618 134; uspza@uspza.cz

Chráněné bydlení je pobytová služba spojená s bydlením a potřebnou pomocí v oblastech, v nichž osoba potřebuje podporu. Jedná se o bydlení s asistencí pracovníka služby, který dle potřeby do domácnosti dochází. Cílem je podpořit člověka, aby žil běžným způsobem života. Služba je poskytována za úhradu podle skutečného rozsahu pomoci.

- 4 BERENIKA – Vysoké Mýto, o. p. s.**
Plk. B. Kohouta 914, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; www.berenika-vm.cz; tel.: 737 801 093; rehakova.berenika@seznam.cz
- 5 Domov Na cestě**
Tyršova 389, 539 73 Skuteč; www.domovnacestecz.cz; tel.: 702 278 496, 606 038 010; info@domovnacestecz.cz
- 6 Domov na rozcestí Svitavy**
Tkalcovská 381/1, Lány, 568 02 Svitavy 2; www.dnrsvitavy.cz; tel.: 461 533 372, 461 531 783, 461 531 863; jaroslava.filipova@dnrsvitavy.cz
- 7 Domov na zámku Bystré**
Zámecká 1, Bystré, 569 92 Bystré u Poličky; www.dnzbystre.cz; tel.: 461 741 212; dnzbystre@dnzbystre.cz
- 8 Domov pod hradem Žampach**
Žampach 1, 564 01 Žamberk; www.uspza.cz; tel.: 465 618 184; uspza@uspza.cz
- 9 Domov pod Kuňkou**
Ráby 162, 533 52 Staré Hradiště u Pardubic; www.dpkr.cz; tel.: 466 415 636, 724 333 903; chb@dpkr.cz
- 10 Domov sociálních služeb Slatiňany**
Klášteří 795, 538 21 Slatiňany; www.dss.cz; tel.: 469 681 461; dss@dss.cz
- 11 Domov u studánky**
Annenská Studánka 41, 563 01 Lanškroun; www.domovustudanky.cz; tel.: 465 507 700; info@domust.cz

Odlehčovací služby jsou poskytovány různými formami: terénní, ambulantní či pobytovou. Lze je využít k přechodnému pobytu osoby, o kterou pečujete. A to opakovaně, po dobu celého kalendářního roku. Služba je nabízena za úhradu.



| | | | |
|----------|--|---|---|
| 1 | BERENIKA – Vysoké Mýto, o. p. s. Plk. B. Kohouta 914, 566 01 Vysoké Mýto; www.berenika-vm.cz ; tel.: 468 003 470, 737 801 093; rehakova.berenika@seznam.cz | ● | ● |
| 2 | Domov důchodců Ústí nad Orlicí Cihlářská 761, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; www.dduo.cz ; tel.: 730 186 838; miluse.kopecka@dduo.cz | ● | ● |
| 3 | Domov pod hradem Žampach Žampach 1, 564 01 Žamberk; www.uspza.cz ; tel.: 465 618 184, 465 618 134; uspza@uspza.cz | | ● |
| 4 | Domov seniorů Seč, s. r. o. Seč 526, 538 07 Seč 1; www.dsssec.cz ; tel.: 725 500 661; info@dsssec.cz | ● | ● |
| 5 | Domov sociálních služeb Slatiňany Klášteří 795, 538 21 Slatiňany; www.dss.cz ; tel.: 469 681 461; dss@dss.cz | | ● |
| 6 | Domov u fontány Libušina 1060, 535 01 Přelouč; www.domovufontany.cz ; tel.: 466 959 166; info@domovufontany.cz | ● | ● |
| 7 | Domov u studánky Anenská Studánka 41, 563 01 Lanškroun; www.domust.cz ; tel.: 465 507 700; info@domust.cz | ● | ● |
| 8 | Farní charita Litomyšl Dukelská 750, 570 01 Litomyšl; www.litomysl.charita.cz ; tel.: 731 598 890; rpjindra@lit.cz | ● | ● |
| 9 | Ledax Vysoké Mýto o. p. s. Žižkova 913, 566 01 Vysoké Mýto; www.dsvysokemyto.cz ; tel.: 725 466 574; socialni.pracovnik@dsvysokemyto.cz | ● | ● |

| | | | |
|-----------|--|---|---|
| 10 | Lůžkové a sociální centrum pro seniory o. p. s. Obce Ležáků 166, 537 01 Chrudim 1; www.domovsenioruchrudim.cz ; tel.: 777 103 690; domovsenioru1@chrudim.cz | ● | ● |
| 11 | Oblastní charita Pardubice V Ráji 732, 530 02 Pardubice; www.pardubice.charita.cz ; tel.: 775 296 833; trebosice@charitapardubice.cz pracoviště Mikulovice: Devotyho 1, Mikulovice, 530 02 Pardubice 2 pracoviště Třebosice: Třebosice 22, 530 02 Pardubice 2 pracoviště Pardubice: V Ráji 786, 530 02 Pardubice | ● | ● |
| 12 | SKP-CENTRUM, o. p. s. K Dubu 711, 533 74 Horní Jelení; www.skp-centrum.cz ; tel.: 466 030 617; simeon.info@skp-centrum.cz | ● | ● |
| 13 | Sociální služby Česká Třebová Bezděkov 918, 560 02 Česká Třebová; www.ssct.cz ; tel.: 465 503 311; reditelka@socialnisluzbyct.cz , socialni@socialnisluzbyct.cz | ● | |
| 14 | Sociální služby Lanškroun Janáčkova 1003, 563 01 Lanškroun; www.soslla.cz ; tel.: 465 503 001; reditel@soslla.cz | ● | |
| 15 | Sociální služby Česká Třebová Bezděkov 918, 560 02 Česká Třebová; www.ssct.cz ; tel.: 736 518 028; socialni@socialnisluzbyct.cz | ● | |
| 16 | Svazek obcí AZASS Nad Kašpárkem 496, 569 92 Bystré u Poličky; www.azass.cz ; tel.: 730 171 294; dpsbystre@tiscali.cz | ● | ● |

● senioři ● OZP

Centra denních služeb a Denní stacionáře jsou zařízení, která zajišťují péči o osoby, které žijí doma se svou rodinou. V době, kdy osoby blízké nemohou z nejrůznějších důvodů pečovat, přebírají péči o osoby tyto služby. V těchto službách hradí osoby péči a stravu, případně dopravu, je-li poskytovatelem nabízena.



Centra denních služeb

| | | |
|----------|---|-----|
| 1 | Další cesta z. s. Ke Mlýnu 463, 533 61 Choltice; www.dalsicesta.cz ; tel.: 724 516 885; brozkova.lenka@seznam.cz | ● |
| 2 | Domov seniorů Drachtinka Fůgnerova 937, Hlinsko, 539 01 Hlinsko v Čechách 1; www.drachtinka.cz ; tel.: 725 984 635, 601 360 391, 469 318 530; reditel@drachtinka.cz | ● |
| 3 | Charita Svitavy www.svitavy.caritas.cz ; tel.: 731 646 945; cgs@svitavy.charita.cz pracoviště Světlanka: Jungmannova 1558/6, Předměstí, 568 02 Svitavy 2 pracoviště Světlanka: Polní 354/2, Předměstí, 568 02 Svitavy 2 | ● ● |
| 4 | KŘÍŽOVATKA handicap centrum, o. p. s. Arnošta z Pardubic 2605, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.krizovatka-hc.cz ; tel.: 466 301 684, 774 467 777; pesek@krizovatka-hc.cz | ● |
| 5 | Most do života Erno Košťála 1015, Pardubice III – Studánka, 530 12 Pardubice 12; mostdozivota.org ; tel.: 608 071 015, 731 788 318; jaroslava.shejbalova@mostdozivota.org | ● |

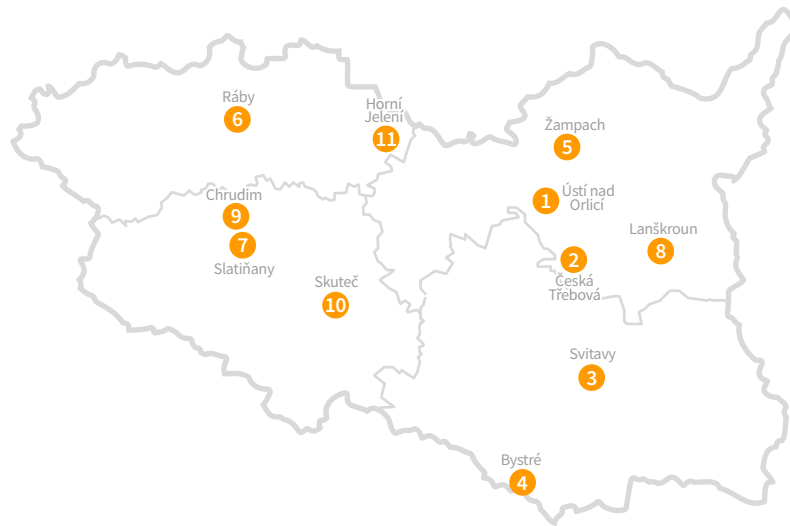
● senioři ● osoby se zdravotním postižením

Denní stacionáře

| | | |
|-----------|--|-----|
| 6 | BERENIKA – Vysoké Mýto, o. p. s. Plk. B. Kohouta 914, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; www.berenika-vm.cz ; tel.: 468 003 470, 737 801 093; rehakova.berenika@seznam.cz | ● |
| 7 | Centrum sociálních služeb a pomoci Chrudim – Jitřenka Městský park 828, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; www.socialni-sluzby.cz ; tel.: 469 620 032, 469 630 470; centerum@socialni-sluzby.cz | ● |
| 8 | Centrum sociálních služeb a pomoci Chrudim – Pohoda Městský park 828, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; www.socialni-sluzby.cz ; tel.: 469 622 032, 469 630 470; centerum@socialni-sluzby.cz | ● ● |
| 9 | Domov sociálních služeb Slatiňany Klášteří 795, 538 21 Slatiňany; www.dss.cz ; tel.: 469 681 461; dss@dss.cz | ● |
| 10 | Charita Moravská Třebová Svitavská 655/44, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová 1; www.mtrebova.charita.cz ; tel.: 733 676 795; zuzana.kolarova@mtrebova.charita.cz | ● |
| 11 | Ledax Víta z. ú. Komenského 199, Pražské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; www.ledaxsluzby.cz ; tel.: 724 009 603; irena.lavicka@dsvyšokemyto.cz , socialni.pracovnik@dsvyšokemyto.cz | ● ● |
| 12 | MIREA denní stacionář, o. p. s. Mozartova 456, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; www.mirea.cz ; tel.: 466 262 384, 603 535 959; mirea@mirea.cz | ● |
| 13 | Oblastní charita Nové Hradky u Skutče Chotovice 31, 570 01 Litomyšl; www.novehrady.charita.cz ; tel.: 731 598 800; reditel@charita.info | ● ● |
| 14 | Oblastní charita Polička Vrchlického 22, Dolní Předměstí, 572 01 Polička; www.policka.charita.cz ; tel.: 461 725 552; acd.ds@pol.hk.caritas.cz | ● |
| 15 | Ruka pro život o. p. s. J. E. Purkyně 1150, Litomyšl – Město, 570 01 Litomyšl; www.rukaprozivot.cz ; tel.: 733 158 496; info@rukaprozivot.cz | ● ● |
| 16 | Sociální služby města Pardubic www.ssmpe.cz ; tel.: 466 304 924; info@ssmpce.cz pracoviště: Artura Krause 1995 , Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2 pracoviště: Erno Košťála 1017 , Pardubice III – Studánka, 530 12 Pardubice 12 pracoviště: Artura Krause 2371 , Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2 pracoviště: Jilemnického 2226 , Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2 | ● ● |
| 17 | Základní škola a Praktická škola SVÍTÁNÍ, o. p. s. www.svitani.cz ; tel.: 466 049 911; svitani@svitani.cz pracoviště Nemošice: Ostřešanská 25, Pardubice IV – Nemošice, 530 03 Pardubice 3 pracoviště Pardubice: Komenského 432, Pardubice IV – Pardubičky, 530 03 Pardubice 3 | ● |

● senioři ● osoby se zdravotním postižením

Týdenní stacionáře a Domovy pro osoby se zdravotním postižením



Týdenní stacionáře poskytují ubytování, stravu a péči. Služba je zkombinována s péčí v domácím prostředí, kam se obvykle osoba vrací na víkend, je nabízena za úhradu.

- 1 Centrum sociální péče města Ústí nad Orlicí**
Čs. armády 262, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; www.csp-uo.cz; tel.: 732 163 104; vedouci.stac@csp-uo.cz
- 2 Sociální služby Česká Třebová**
Lhota 172, 560 02 Česká Třebová; www.ssct.cz; tel.: 736 509 768; stacionar@socialnisluzbyct.cz

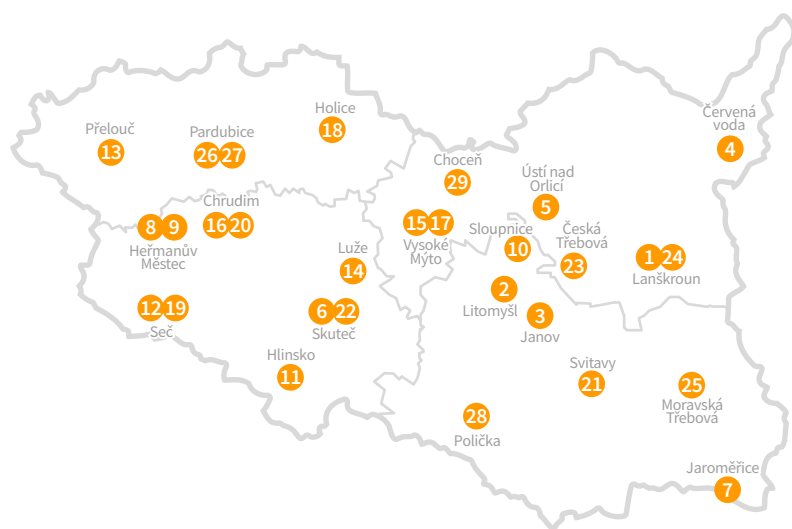
Domovy pro osoby se zdravotním postižením poskytují osobám se sníženou soběstačností z důvodu zdravotního postižení (mentální, tělesné, smyslové či kombinované) ubytování, stravu a péči 24 hodin denně. Je nabízena za úhradu.

- 3 Domov na rozcestí Svitavy**
Tkalcovská 381/1, Lány, 568 02 Svitavy 2; www.dnrsvitavy.cz; tel.: 461 531 783, 461 533 372, 461 533 372; jaroslava.filipova@dnrsvitavy.cz
- 4 Domov na zámku Bystré**
Zámecká 1, Bystré, 569 92 Bystré u Poličky; www.dnzbystre.cz; tel.: 461 741 212; dnzbystre@dnzbystre.cz
- 5 Domov pod hradem Žampach**
Žampach 1, 564 01 Žamberk; www.uspza.cz; tel.: 465 618 184, 465 618 134; uspza@uspza.cz

| | | |
|--|--|-----|
| 6 Domov pod Kuňkou | Ráby 162, 533 52 Staré Hradiště u Pardubic; www.dpkr.cz ; tel.: 466 415 636, 728 727 626; dozp@dpkr.cz | ● |
| 7 Domov sociálních služeb Slatiňany | Klášteří 795, 538 21 Slatiňany; www.dss.cz ; tel.: 469 681 461; dss@dss.cz | ● ● |
| 8 Domov u studánky | Anenská Studánka 41, 563 01 Lanškroun; www.domovustudanky.cz ; tel.: 465 507 700; info@domust.cz | ● |
| 9 Lůžkové a sociální centrum pro seniory o. p. s. | Obce Ležáků 166, Chrudim III, 537 01 Chrudim 1; www.domovseniorchrudim.cz ; tel.: 777 103 690; domovsenioru@chrudim.cz | ● |
| 10 SeniorCentrum Skuteč | Smetanova 946, 539 73 Skuteč; www.scskutec.cz ; tel.: 469 699 900, 602 161 184; tumpach.josef@scskutec.cz | ● |
| 11 SKP-CENTRUM, o. p. s. | K Dubu 711, 533 74 Horní Jelení; www.skp-centrum.cz ; tel.: 466 030 617; info@skp-centrum.cz | ● |

● dospělí ● děti

Domovy pro seniory a Domovy se zvláštním režimem jsou služby, které poskytují za úhradu ubytování, stravu a péči 24 hodin denně. **Domov pro seniory (DpS)** je určen osobám, jejichž soběstačnost je snížena zejména z důvodu věku. **Domov se zvláštním režimem (DZR)** slouží lidem se sníženou soběstačností z důvodu chronického duševního onemocnění nebo závislosti na návykových látkách, osobám se stařeckou Alzheimerovou nemocí a ostatními typy demencí. Služby v domovech se zvláštním režimem jsou přizpůsobeny specifickým potřebám klientů (například dezorientaci).



● DpS ● DZR pro lidi s demencí vč. seniorů ● DZR pro lidi s jiným duševním onemocněním

| | | |
|---|---|-----|
| Anděla – sociální družstvo | | |
| 1 | Albrechtice 130, 563 01 Lanškroun; www.domovlaudon.cz ; tel.: 604 217 720; info@andela.cz | ● |
| Centrum sociální pomoci města Litomyšl | | |
| 2 | Zámecká 500, Litomyšl – Město, 570 01 Litomyšl; www.cspltomysl.cz ; tel.: 461 614 861; reditel@cspltomysl.cz | ● ● |
| Česká katolická charita | | |
| 3 | Janov 1, 569 55 Janov u Litomyšle; www.kkch.cz ; tel.: 461 639 282; charita.mendrika@centrum.cz | ● |
| Domov důchodců sv. Zdislavy | | |
| 4 | Červená Voda 253, 561 61 Červená Voda 1; www.domov-svzdislavy.cz ; tel.: 465 626 203; domov.svzdislavy@tiscali.cz | ● |

| | | |
|---|---|-----|
| Domov důchodců Ústí nad Orlicí | | |
| 5 | Cihlářská 761, Ústí nad Orlicí, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; www.dduo.cz ; tel.: 730 186 838; miluse.kopecka@dduo.cz | ● ● |
| Domov Na cestě | | |
| 6 | Tyršova 389, 539 73 Skuteč; www.domovnaceste.cz ; tel.: 702 227 380, 702 018 271; info@domovnaceste.cz , eva.teclova@domovnaceste.cz , eva.novotna@domovnaceste.cz | ● |
| Domov na Kalvárii, s. r. o. | | |
| 7 | Jaroměřice 271, 569 44 Jaroměřice u Jevíčka; www.domovkalvarie.cz ; tel.: 608 735 333, 776 873 333; domov.kalvarie@seznam.cz | ● |
| Domov pro seniory | | |
| 8 | U Bažantnice 63, 538 03 Heřmanův Městec; www.domov-duchodcu.cz ; tel.: 469 660 278; domov.duchodcu.hm@iol.cz | ● |
| Domov pro seniory Heřmanův Městec | | |
| 9 | Masarykovo náměstí 37, 538 03 Heřmanův Městec; www.domov-hm.cz ; tel.: 469 695 121; domov@domov-hm.cz | ● ● |
| Domov pro seniory Sloupnice | | |
| 10 | Horní Sloupnice 258, 565 53 Sloupnice; www.ddsloupnice.cz ; tel.: 465 549 116; domov@ddsloupnice.cz , reditel@ddsloupnice.cz | ● |
| Domov seniorů Drachtinka | | |
| 11 | Erbenova 1631, Hlinsko, 539 01 Hlinsko v Čechách 1; www.drachtinka.cz ; tel.: 469 315 546; info@drachtinka.cz | ● |
| Domov seniorů Seč, s. r. o. | | |
| 12 | Seč 526, 538 07 Seč 1; www.dsssec.cz ; tel.: 725 500 661; info@dsssec.cz | ● ● |
| Domov u fontány | | |
| 13 | Libušina 1060, 535 01 Přelouč; www.domovufontany.cz ; tel.: 776 873 333; info@domovufontany.cz | ● ● |
| Dům klidného stáří Glossus, s. r. o. | | |
| 14 | Radim 89, 538 54 Luže; www.dumstari.cz ; tel.: 469 671 057, 777 036 416; info@dumstari.cz | ● |
| Ledax Vysoké Mýto, o. p. s. | | |
| 15 | Žižkova 913, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; www.dsvysokemyto.cz ; tel.: 606 077 047; irena.lavicka@dsvysokemyto.cz , socialni.pracovnik@dsvysokemyto.cz | ● ● |
| Lůžkové a sociální centrum pro seniory, o. p. s. | | |
| 16 | Obce Ležáků 166, Chrudim III, 537 01 Chrudim 1; www.domovsenioruchrudim.cz ; tel.: 777 006 021, 777 103 690; domovsenioru@chrudim.cz | ● ● |
| NADĚJE | | |
| 17 | náměstí Naděje 731, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; www.nadeje.cz ; tel.: 465 424 825; vysoke.myto@nadeje.cz | ● |
| Sanatorium Topas, s. r. o. – Holice v Čechách | | |
| 18 | Husova 771, 534 01 Holice; www.sanatorium-topas.cz ; tel.: 739 721 124; alena.holousova@sanatorium-topas.cz | ● |
| Sanatorium Topas, s. r. o. – Seč | | |
| 19 | Čs. pionýrů 197, 538 07 Seč; www.sanatorium-topas.cz ; tel.: 774 119 185; jana.bubnova@sanatorium-topas.cz | ● |
| SeneCura SeniorCentrum Chrudim, s. r. o. | | |
| 20 | Čáslavská 525, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; www.chrudim.senecura.cz ; tel.: 721 556 955, 725 504 421; chrudim@senecura.cz | ● ● |

| | | | |
|-----------|--|---|-----|
| 21 | Seniorcentrum města Svitavy, s. r. o. T. G. Masaryka 7/33a, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; www.seniorcentrum.svitavy.cz ; tel.: 461 533 490, 731 605 891; leos.pivonka@svitavy.cz | ● | ● |
| 22 | SeniorCentrum Skuteč Smetanova 946, 539 73 Skuteč; www.scskutec.cz ; tel.: 469 699 900, 602 161 184; tumpach.josef@scskutec.cz | ● | |
| 23 | Sociální služby Česká Třebová Bezděkov 918, Česká Třebová, 560 02 Česká Třebová 2; www.ssct.cz ; tel.: 736 518 028; socialni@socialnisluzbyctz.cz | ● | |
| 24 | Sociální služby Lanškroun Janáčkova 1003, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun; www.soslla.cz ; tel.: 465 503 001; reditel@soslla.cz | ● | ● |
| 25 | Sociální služby města Moravská Třebová Svitavská 308/8, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová; www.ddmt.cz ; tel.: 461 318 252; soc.sluzby@mtrebova-city.cz | ● | ● |
| 26 | Sociální služby města Pardubic Štrossova 357, Pardubice I – Bílé Předměstí, 530 03 Pardubice 3; www.ssmpe.cz ; tel.: 466 613 176; kostelicek@ssmpe.cz | ● | ● ● |
| 27 | Sociální služby města Pardubic Blahoutova 646, Pardubice III – Studánka, 530 12 Pardubice 12; www.ssmpe.cz ; tel.: 466 262 345; dubina@ssmpe.cz | ● | |
| 28 | Svazek obcí AZASS Palackého nám. 160, Polička – Město, 572 01 Polička; www.azass.cz ; tel.: 461 722 700, 734 673 693, 731 043 601; azass@tiscali.cz , dpsbystre@tiscali.cz , ddpolicka@tiscali.cz | ● | ● |
| 29 | Zařízení sociální péče Choceň Dr. Fikejze 1115, Choceň, 565 01 Choceň 1; www.pomahamti.cz ; tel.: 465 471 782; vojvodik@pomahamti.cz | ● | |

● DpS ● DZR pro lidi s demencí vč. seniorů ● DZR pro lidi s jiným duševním onemocněním

Sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních lůžkové péče jsou nabízeny v některých zdravotnických zařízeních. Jedná se však o sociální, nikoliv zdravotní službu poskytovanou za úhradu. Tato specifická sociální služba je určena osobám, které již nevyžadují lůžkovou péči (hospitalizaci), ale díky svému zdravotnímu stavu nemohou být bez pomoci druhé osoby a není možné je z tohoto důvodu propustit. Služba je umožněna na nezbytně nutnou dobu, do chvíle, než je zajištěna potřebná péče jiným způsobem, například v domácím prostředí nebo poskytováním sociální služby.



- 1 AESKULAP, s. r. o.**
Červená Voda 333, 561 61 Červená Voda 1; www.aeskulap.cz; tel.: 465 626 321; aeskulap@ldncv.cz
- 2 Albertinum, odborný léčebný ústav v Žamberku**
Za Kopečkem 353, 564 01 Žamberk; albertinum-olu.cz; tel.: 465 612 111; albertinum@albertinum-olu.cz
- 3 Léčebna dlouhodobě nemocných Rybitví**
Činžovních domů 140, 533 54 Rybitví; www.ldn-rybitvi.cz; tel.: 466 680 125; tomsu.ldn@seznam.cz
- 4 Poličská nemocnice, s. r. o.**
Eimova 294, Horní Předměstí, 572 01 Polička; tel.: 461 722 700; ldn.nempol@tiscali.cz

Azylové domy a Domy na půl cesty



Azylové domy poskytují ubytování na přechodnou dobu osobám, které přišly o bydlení a jsou ve složité životní situaci. Pracovníci služby pomohou těmto osobám s hledáním bydlení, zaměstnání, s vyřizováním osobních a úředních záležitostí.

Centrum J. J. Pestalozziho, o. p. s.

- 1** Malecká 613, 537 05 Chrudim; www.pestalozzi.cz; tel.: 725 719 028, 469 311 611, 469 311 460; ad.chrudim@pestalozzi.cz

Cesta pro rodinu, z. ú.

- 2** Čs. armády 728, 564 01 Žamberk; www.cestaprorodinu.cz; tel.: 465 381 731, 774 621 301, 465 381 327, 465 321 295, 465 321 306; soc.pracovnice@cestaprorodinu.cz

Město Svitavy – Sociální služby města Svitavy

- 3** Nádražní 2323/10b, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; www.svitavy.cz; tel.: 723 055 493, 733 536 437, 723 055 493; sandra.parizkova@svitavy.cz

Domov pro rodinu, z. s.

- 4** Lanškrounská 245/73, 571 01 Moravská Třebová; www.nasdomovkoclirov.cz; tel.: 732 680 459; adkoclirov@tiscali.cz (kontaktní údaje se mohly změnit, aktuální hledejte na www.mpsv.cz/registr-poskytovatelu-sluzeb)

Obecně prospěšná společnost Dlaň životu – Azylový dům pro těhotné ženy v tísni

- 5** Hamry 107, 539 01 Hlinsko v Čechách 1; www.dlanzivotu.cz; tel.: 733 125 261, 732 171 373; holenova@dlanzivotu.cz

Oblastní spolek Českého červeného kříže Svitavy – Azylový dům pro matky s dětmi

- 6** Nerudova 21/20, Město, 568 02 Svitavy 2; www.cervenkykriz.eu; tel.: 739 633 694, 739 633 695; svitavy@cervenkykriz.eu

SKP-CENTRUM, o. p. s. – Městský azylový dům pro ženy a matky s dětmi

- 7** Na Spravedlnosti 803, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.skp-centrum.cz; tel.: 466 636 077; madz@skp-centrum.cz

SKP-CENTRUM, o. p. s. – Azylový dům pro ženy a matky s dětmi ve Vysokém Mýtě

- 8** Plk. B. Kohouta 914, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; www.skp-centrum.cz; tel.: 773 448 853, 773 449 991, 461 102 356; adz.info@skp-centrum.cz

SKP-CENTRUM, o. p. s. – Azylový dům pro muže

- 9** Milheimova 694, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.skp-centrum.cz; tel.: 777 765 850, 464 629 249; adm@skp-centrum.cz

Domy na půl cesty nabízí pobytové služby zpravidla pro osoby do 26 let, které jsou ve složité životní situaci. Například, když po dosažení zletilosti opouštějí školská zařízení pro výkon ústavní nebo ochranné výchovy či jiná zařízení pro péči o děti a mládež, eventuálně jsou propuštěni z výkonu trestu odnětí svobody nebo ochranné léčby. Způsob poskytování sociálních služeb v těchto zařízeních je přizpůsoben jejich specifickým potřebám.

10 Cesta pro rodinu, z. ú.

- Nádražní 22, 564 01 Žamberk; www.cestaprorodinu.cz; tel.: 774 165 295, 465 322 858; dpc@cestaprorodinu.cz

11 Květná Zahrada, z. ú.

- Květná 40, 572 01 Polička; www.kvetnazahrada.cz; tel.: 723 089 261, kvetnazahrada.dpc@seznam.cz

SKP-CENTRUM, o. p. s.

- 12** Jungmannova 2550, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.skp-centrum.cz; tel.: 774 658 588, 464 629 612; dpc.info@skp-centrum.cz

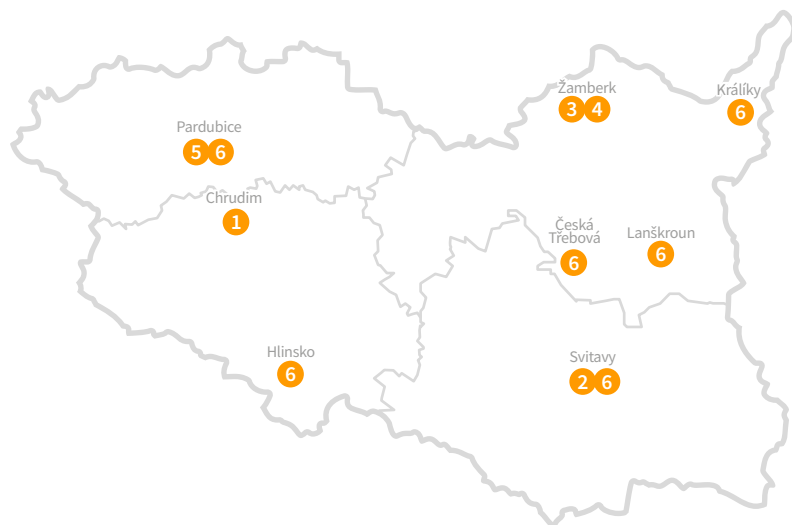
Kontaktní centra – jedná se o sociální službu, která nabízí pomoc a podporu uživatelům drog a jejich blízkým osobám. Cílem je minimalizovat rizika spojená s užíváním drog. Lidem užívajícím drogy je zde zajištěn výdej čistých injekčních stříkaček a dalšího materiálu a příjem použitého materiálu k bezpečné likvidaci.

Provádí se tu orientační testy na infekční choroby (na hepatitidu typu B a C a vir HIV), odborné poradenství týkající se dané problematiky, léčby, vztahů a podobně. Podle potřeby jsou zde zprostředkovávány také další služby. Je tam i možnost provedení osobní hygieny či vyprání prádla.

Laxus, z. ú.

- Češkova 2701, 530 02 Pardubice 2; www.laxus.cz; tel.: 734 316 539; kacko.pardubice@laxus.cz

Krizová pomoc a Intervenční centra



Krizová pomoc je terénní, ambulantní či pobytová služba poskytovaná zdarma na přechodnou dobu osobám, které se nachází v situaci ohrožení zdraví či života. Ubytování je umožňováno zpravidla na dobu nepřesahující 7 dní. Osobám je zde zajištěna sociálně terapeutická podpora pro překonání krizového stavu.

| | | |
|----------|--|---|
| 1 | Centrum J. J. Pestalozziho, o. p. s. www.pestalozzi.cz ; tel.: 725 838 213, 469 623 899; kc@pestalozzi.cz pracoviště Chrudim: Štěpánkova 107, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1 pracoviště Chrudim: Štěpánkova 108, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1 | ● |
| 2 | Centrum J. J. Pestalozziho, o. p. s. Míldy Horákové 373/10, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; www.pestalozzi.cz ; tel.: 725 719 029, 461 321 100, 461 321 200; kcsvi@pestalozzi.cz | ● |
| 3 | Centrum J. J. Pestalozziho, o. p. s. Masarykovo náměstí 86, 564 01 Žamberk; www.pestalozzi.cz ; tel.: 725 838 129; kcza@pestalozzi.cz | ● |
| 4 | Cesta pro rodinu, z. ú. Čs. armády 728, 564 01 Žamberk; www.cestaprorodinu.cz ; tel.: 465 321 295; soc.pracovnice@cestaprorodinu.cz | ● |
| 5 | SKP-CENTRUM, o. p. s. Na Spravedlnosti 803, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.skp-centrum.cz ; tel.: 466 636 077, 774 658 595; madz@skp-centrum.cz | ● |

● pobytová ● ambulantní

Intervenční centra zajišťují první kontakt a koordinaci pomoci pro oběti domácího násilí. Mohou kontaktovat osobu ohroženou domácím násilím na základě oznámení Policie ČR o vykazání násilné osoby ze společného obydlí nebo se na ně mohou obrátit oběti domácího násilí samy.

SKP-CENTRUM, o. p. s.

www.skp-centrum.cz; tel.: 774 755 744, 777 765 844; ic.pardubice@skp-centrum.cz

pracoviště Česká Třebová: Staré náměstí 78, Česká Třebová, 560 02 Česká Třebová 2

6 **pracoviště Svitavy:** Wolkerova alej 92/18, Město, 568 02 Svitavy 2

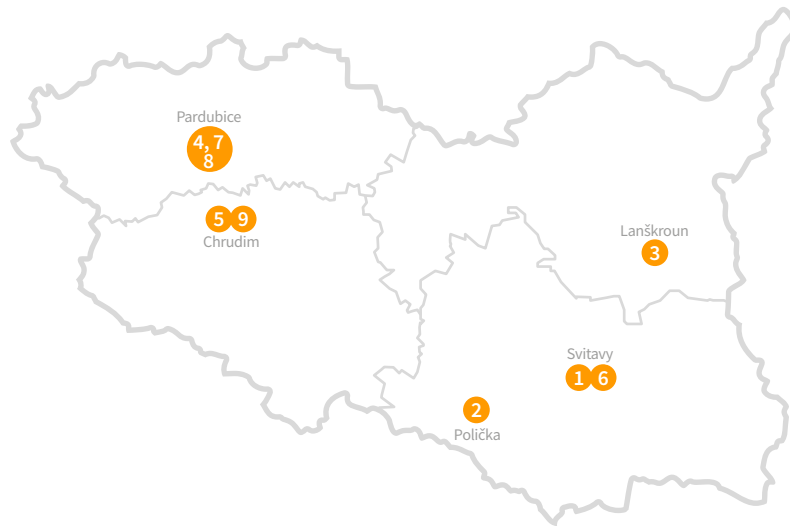
pracoviště Hlinsko: Karla Lidického 1213, Hlinsko, 539 01 Hlinsko v Čechách 1

pracoviště Pardubice: Erno Košťála 1014, Pardubice III – Studánka, 530 12 Pardubice 12

pracoviště Králupy: Karla Čapka 316, 561 69 Králupy

pracoviště Lanškroun: 28. října 202, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun

Nízkoprahová denní centra a Noclehárny



Nízkoprahová denní centra nabízí služby pro osoby bez přístřeší. V těchto denních centrech mají možnost se během dne umýt, vyměnit či vyprat oblečení, najíst, popřípadě je jim za malý poplatek strava zajištěna. Pracovníci jim poradí a pomohou při obstarávání osobních záležitostí.

- 1 Město Svitavy**
Nádražní 2323/10b, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; www.svitavy.cz; tel.: 723 055 493; sandra.parizkova@svitavy.cz
- 2 Oblastní charita Polička**
Stítežská 399, 572 01 Polička; www.policka.charita.cz; tel.: 461 723 758; op.ndc@pol.hk.caritas.cz
- Oblastní charita Ústí nad Orlicí**
3 Havlíčkova 1129, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun; www.uo.charita.cz; tel.: 731 639 672; css@uo.hk.caritas.cz
- SKP-CENTRUM, o. p. s.**
4 Jana Palacha 324, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.skp-centrum.cz; tel.: 461 102 383; ndc@skp-centrum.cz
- SOPRE CR o. p. s.**
5 Tovární 1114, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; www.soprecr.cz; tel.: 461 100 749; info@soprecr.cz

Noclehárny poskytují lidem bez přístřeší možnost přenocování za poplatek. Zároveň se zde mohou umýt, vyměnit si prádlo a najíst se. Jsou k dispozici ve vymezeném čase, tj. od večera do rána.

| | |
|--|-----|
| 6 Město Svitavy Nádražní 2323/10b, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; www.svitavy.cz ; tel.: 723 055 493; sandra.parizkova@svitavy.cz | ● ● |
| SKP-CENTRUM, o. p. s. 7 Milheimova 694, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.skp-centrum.cz ; tel.: 464 629 249; info@skp-centrum.cz | ● |
| SKP-CENTRUM, o. p. s. 8 Na Spravedlnosti 803, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.skp-centrum.cz ; tel.: 774 658 595, 466 636 077; madz@skp-centrum.cz | ● |
| SOPRE CR, o. p. s. 9 Tovární 1114, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; www.soprecr.cz ; tel.: 461 100 749; info@soprecr.cz | ● ● |

● muži ● ženy

Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež poskytují ambulantní, popřípadě terénní služby dětem od 6 do 26 let ohroženým společensky nežádoucími jevy. Jejich cílem je předcházení nebo snížení sociálních a zdravotních rizik souvisejících se způsobem jejich života. Mohou být nabízeny i anonymně.



Bonanza Vendolí, z. ú.

- 1** www.osbonanza.cz; tel.: 608 218 847; lenka@osbonanza.cz
pracoviště Moravská Třebová: Komenského 371/46, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová 1
pracoviště Svitavy: Felberova 669/2, Lány, 568 02 Svitavy 2

2 Bonanza Vendolí, z. ú.

Vendolí 18, 569 14 Vendolí; www.osbonanza.cz; tel.: 608 218 847; lenka@osbonanza.cz

3 Charita Přelouč

Československá 90, 535 01 Přelouč; www.prelouc.charita.cz; tel.: 731 402 371;
miroslava.skavova@prel.hk.caritas.cz

4 NADĚJE

Semanínská 2052, 560 02 Česká Třebová 2; www.nadeje.cz; tel.: 465 539 303; ceska.trebova@nadeje.cz

5 NADĚJE

M. Kuděje 14, Litomyšl – Město, 570 01 Litomyšl; www.nadeje.cz; tel.: 775 868 101; litomysl@nadeje.cz

6 Oblastní charita Ústí nad Orlicí

Taušlova 714, 561 51 Letohrad; www.uo.charita.cz; tel.: 731 420 344; podstreichou@uo.hk.caritas.cz

7 RODINNÉ CENTRUM SRDÍČKO z. s.

Třebovská 221, Hylváty, 562 03 Ústí nad Orlicí 3; www.kamin.klubexit.cz; tel.: 778 724 126; rcsrdicko@jbuo.cz

8 SKP-CENTRUM, o. p. s.

Husova 146, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; www.skp-centrum.cz; tel.: 461 102 351, 774 658 597;
emko@skp-centrum.cz

9 SKP-CENTRUM, o. p. s.

- Jungmannova 2550, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.skp-centrum.cz; tel.: 464 629 620, 774 658 593; freeklub@skp-centrum.cz

Šance pro Tebe

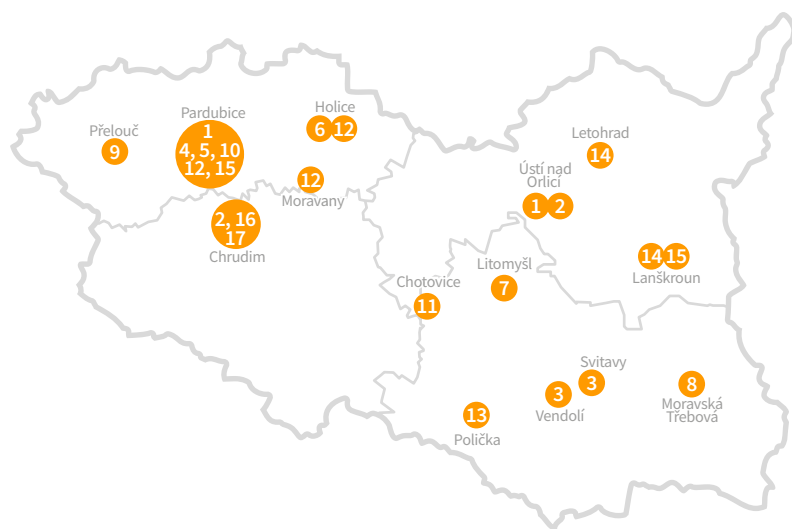
www.sance.chrudim.cz; tel.: 469 623 501, 739 253 793; sance@sance.chrudim.cz

- 10 pracoviště Chrudim:** Školní náměstí 11, Chrudim II, 537 01 Chrudim 1
pracoviště Prachovice: Chrudimská 219, 538 04 Prachovice
pracoviště Čankovice: Čankovice 116, 538 62 Hrochův Týnec
pracoviště Hrochův Týnec: Nádražní 262, 538 62 Hrochův Týnec
pracoviště Chrast: Jiráskova 401, Chrast, 538 51 Chrast u Chrudimě

11 Šance pro Tebe

Štěpánkova 92, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1; www.sance.chrudim.cz; tel.: 469 623 501; sance@sance.chrudim.cz

Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi jsou terénní, popřípadě ambulantní služby poskytované rodině s dítětem, u něhož je vývoj ohrožen kvůli dlouhodobé krizové sociální situaci v rodině. Tuto situaci rodiče nedovedou sami bez pomoci překonat. Službu pomůže rodině zprostředkovat zpravidla sociální pracovník sociálněprávní ochrany dětí.



ABATAB, spolek pro péči o rodinu

- 1** martina.laskova@abatab.cz, jana.blazkova@abatab.cz
pracoviště Pardubice: nám. Čs. legií 500, Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice; tel.: 724 667 641
pracoviště Ústí nad Orlicí: Čs. armády 1181, 562 01 Ústí nad Orlicí; tel.: 724 567 900

Amalthea, z. s.

- 2** www.amalthea.cz; tel.: 466 302 058, 776 752 805; amalthea@amalthea.cz
pracoviště Ústí nad Orlicí: T. G. Masaryka 115, 562 01 Ústí nad Orlicí
pracoviště Chrudim: Městský park 274, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1

Bonanza Vendolín, z. ú.

- 3** www.osbonanza.cz; tel.: 608 218 847; lenka@osbonanza.cz
pracoviště Vendolín: Vendolín 18, 569 14 Vendolín
pracoviště Svitavy: Wolkerova alej 92/18, Město, 568 02 Svitavy 2
pracoviště Svitavy: Milady Horákové 373/10, Předměstí, 568 02 Svitavy 2

Centrum pro dětský sluch Tamtam

- 4** Prodloužená 278, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; www.detskysluch.cz; tel.: 722 461 245;
reditelka@detskysluch.cz

DaR - Centrum pro dítě a rodinu, o. p. s.

- 5** Bělehradská 513, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; www.darops.cz; tel.: 466 260 711; info@darops.cz

Dětský domov Holice

- 6** Husova 623 Husova 623, Holice, 534 01 Holice v Čechách; www.ddholice.cz; tel.: 773 558 801, 466 682 120;
sas@ddholice.cz

Farní charita Litomyšl

- 7** Dukelská 750, Litomyšl – Město, 570 01 Litomyšl; www.litomysl.charita.cz; tel.: 734 642 312; sar@lit.cz

Charita Moravská Třebová

- 8** Svitavská 655/44, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová 1; www.mtrebova.charita.cz; tel.: 739 002 756;
reditel@mtrebova.charita.cz

Charita Přelouč

- 9** prelouc.charita.cz; tel.: 731 402 371; charita.prelouc@gmail.com
pracoviště Přelouč: Českobratrská 84, 535 01 Přelouč
pracoviště Přelouč: Českobratrská 90, 535 01 Přelouč

MOST PRO o. p. s.

- 10** 17. listopadu 216, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.mostlp.eu; tel.: 467 771 170;
info@mostlp.eu

Oblastní charita Nové Hradky u Skutče

- 11** Chotovice 31, 570 01 Litomyšl; www.novehrady.charita.cz; tel.: 731 598 805; reditel@charita.info

Oblastní charita Pardubice

- www.pardubice.charita.cz; tel.: 461 100 445, 777 296 826; sanacerodiny@charitapardubice.cz
12 **pracoviště Moravany:** nám. Hrdinů 13, Moravany, 533 72 Moravany u Holic
pracoviště Pardubice: Česčkova 1247, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2
pracoviště Holice: Dudychova 782, Holice, 534 01 Holice v Čechách

Oblastní charita Polička

- 13** www.policka.charita.cz; tel.: 733 676 736; sas.nrp@pol.hk.caritas.cz
pracoviště Polička: Vrchlického 22, Dolní Předměstí, 572 01 Polička
pracoviště Polička: Vrchlického 16, Dolní Předměstí, 572 01 Polička

Oblastní charita Ústí nad Orlicí

- 14** www.uo.charita.cz; tel.: 734 281 416; css@uo.hk.caritas.cz
pracoviště Lanškroun: Havlíčkova 1129, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun
pracoviště Letohrad: Taušlova 714, 561 51 Letohrad

Rodinné Integroční Centrum, z. s.

- www.ric.cz; tel.: 739 025 071; info@ric.cz
15 **pracoviště Lanškroun:** B. Smetany 460, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun
pracoviště Lanškroun: Komenského 324, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun
pracoviště Pardubice: náměstí Republiky 2686, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2

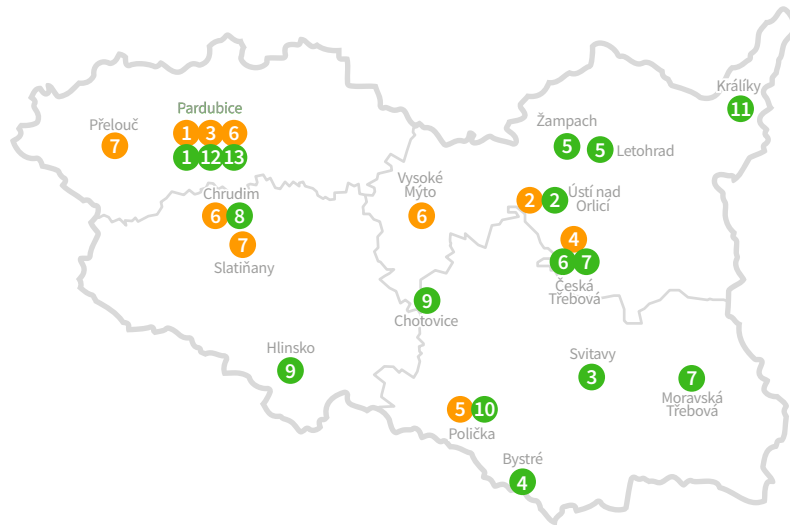
SOPRE CR, o. p. s.

- 16** Tovární 1114, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; www.soprecr.cz; tel.: 461 100 749; info@soprecr.cz

Šance pro Tebe

- 17** Štěpánkova 92, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1; www.sance.chrudim.cz; tel.: 469 623 501; sance@sance.chrudim.cz

Sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením a Sociálně terapeutické dílny



Sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením jsou služby ambulantní či terénní určené osobám, které jsou ohroženy sociálním vyloučením či izolací z důvodu svého věku či zdravotního postižení. Osobám je poskytována podpora při navázání nových kontaktů a v jejich aktivním životě.

● senioři ● osoby se zdravotním postižením ● osoby s duševním onemocněním

| | | |
|---|---|---|
| APOLENKA, z. s. | | |
| 1 Na Okrajích 156, Spojil, 530 02 Pardubice 2; www.apolenka.org ; tel.: 775 114 618; jolana.stepankova@apolenka.org | ● | |
| CEDR Pardubice, o. p. s. | | |
| 2 T. G. Masaryka 115, Ústí nad Orlicí, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; www.cedrops.cz ; tel.: 603 542 697; cedr@cedrops.cz | | ● |
| CEDR Pardubice, o. p. s. | | |
| 3 Jana Palacha 324, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.cedrops.cz ; tel.: 739 514 857; cedr@cedrops.cz | | ● |
| Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých | | |
| 4 Mlýnská 900, Česká Třebová, 560 02 Česká Třebová 2; www.sons.cz ; tel.: 583 217 105; sons@sons.cz | ● | |
| Svazek obcí AZASS | | |
| 5 Eimova 294, Horní Předměstí, 572 01 Polička; www.azass.cz/domov ; tel.: 461 722 700; azass@tisicali.cz | ● | ● |

TyfloCentrum Pardubice, o. p. s.

www.tcpce.cz; pardubice@tyflocentrum.cz

- 6 **pracoviště Pardubice:** nábřeží Závodu míru 1961, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; tel.: 466 500 615
pracoviště Chrudim: Městský park 274, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; tel.: 469 623 368
pracoviště Vysoké Mýto: Plk. B. Kohouta 914, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; tel.: 774 415 173

Včelka sociální služby o. p. s.

www.pecevcelka.cz

- 7 **pracoviště Přelouč:** Hradecká 1383, 535 01 Přelouč; tel.: 725 937 005; madali@pecevcelka.cz
pracoviště Slatiňany: Vrchlického 168, 538 21 Slatiňany, 601 327 569; vareckova@pecevcelka.cz

Sociálně terapeutické dílny jsou místem, kde může člověk rozvíjet svůj potenciál v pracovní oblasti. Tato služba představuje další stupeň v přechodu člověka a uplatnění se na chráněném nebo otevřeném trhu práce. Cílovou skupinou jsou osoby se sníženou soběstačností z důvodu zdravotního postižení, které nelze umístit na otevřeném ani chráněném trhu práce.

● osoby se zdravotním postižením ● osoby s duševním onemocněním

| | | |
|--|---|---|
| CEDR Pardubice, o. p. s. | | |
| 1 Jana Palacha 324, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.cedrops.cz ; tel.: 737 253 278; cedr@cedrops.cz | | ● |
| CEDR Pardubice, o. p. s. | | |
| 2 T. G. Masaryka 115, Ústí nad Orlicí, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; www.cedrops.cz ; tel.: 605 350 525; cedr@cedrops.cz | | ● |
| Domov na rozcestí Svitavy | | |
| 3 www.dnrsvitavy.cz ; tel.: 731 615 280; jaroslava.filipova@dnrsvitavy.cz pracoviště Svitavy: Purkyňova 252/14, Předměstí, 568 02 Svitavy 2 pracoviště Svitavy: Tkalcovská 381/1, Lány, 568 02 Svitavy 2 | ● | ● |
| Domov na zámku Bystré | | |
| 4 nám. Na podkově 6, Bystré, 569 92 Bystré u Poličky; www.dnzbystre.cz ; tel.: 461 741 212; dnzbystre@dnzbystre.cz | ● | |
| Domov pod hradem Žampach | | |
| www.uspza.cz ; tel.: 465 618 134, 465 618 184; uspza@uspza.cz pracoviště Žampach: Žampach 1, 564 01 Žamberk pracoviště Žampach: Žampach 72, 564 01 Žamberk pracoviště Žampach: Žampach 73, 564 01 Žamberk pracoviště Letohrad: Tyršova 353, 561 51 Letohrad pracoviště Letohrad: Orlice 168, 561 51 Letohrad | | ● |
| Domov u studánky | | |
| 6 Ústecká 107, Parník, 560 02 Česká Třebová 2; www.domust.cz ; tel.: 465 507 700; info@domust.cz | ● | |
| Charita Moravská Třebová | | |
| 7 www.mtrebova.charita.cz ; tel.: 733 676 795; zuzana.kolarova@mtrebova.charita.cz pracoviště: Svitavská 655/44, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová 1 pracoviště: Bránská 210/18, Město, 571 01 Moravská Třebová 1 | ● | ● |

| | | |
|-----------|---|---|
| 8 | Momo Chrudim, o. p. s. Palackého třída 200, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1; www.devcatkomomo.cz ; tel.: 775 780 950, 774 930 950, 775 780 950; dilna@devcatkomomo.cz | ● |
| 9 | Oblastní charita Nové Hradky u Skutče www.novehrady.charita.cz ; tel.: 731 598 809; reditel@charita.info pracoviště Litomyšl: Chotovice 31, 570 01 Litomyšl pracoviště Hlinsko: Erbenova 730, Hlinsko, 539 01 Hlinsko v Čechách 1 | ● |
| 10 | Oblastní charita Polička www.policka.charita.cz ; tel.: 461 725 552; acd.ds@pol.hk.caritas.cz pracoviště: Vrchlického 22, Dolní Předměstí, 572 01 Polička pracoviště: Masarykova 22, Horní Předměstí, 572 01 Polička pracoviště: Čsl. armády 485, Horní Předměstí, 572 01 Polička | ● |
| 11 | Oblastní charita Ústí nad Orlicí Příční 352, 561 69 Králíky; www.uo.charita.cz ; tel.: 734 780 387; dilny@uo.hk.caritas.cz | ● |
| 12 | Péče o duševní zdraví - středisko Výměník, z. s. Lonkova 510, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; www.vyminenik.pdz.cz ; tel.: 466 412 107; pdz-vyminenik@pdz.cz | ● |
| 13 | Základní škola a Praktická škola SVÍTÁNÍ, o. p. s. Komenského 432, Pardubice IV – Pardubičky, 530 03 Pardubice 3; www.svitani.cz ; tel.: 466 049 911; svitani@svitani.cz | ● |

● osoby se zdravotním postižením ● osoby s duševním onemocněním

Raná péče je terénní či ambulantní sociální služba. Poskytuje se bezplatně rodinám, které pečují o děti se zdravotním postižením nebo o děti, jejichž vývoj je ohrožen v důsledku nepříznivého zdravotního stavu. Služba je určena dětem od jejich narození až po dosažení 7 let.

Centrum pro dětský sluch Tamtam, o. p. s.

Hábova 1571/22, Praha 13 – Stodůlky, 155 00 Praha 515; www.detskysluch.cz; tel.: 235 517 313; reditelka@detskysluch.cz

Centrum pro dětský sluch Tamtam, o. p. s.

Jungmannova 25, Olomouc, 772 00 Olomouc 2; www.frpsp.cz; tel.: 235 517 313; frpsp@frpsp.cz

EDA cz, z. ú.

Trojická 387/2, Praha 2 – Nové Město, 128 00 Praha 28; www.ranapece.eu; tel.: 224 826 860; info@eda.cz

Rodinné Integrační Centrum, z. s.

www.ric.cz; tel.: 739 025 071; info@ric.cz

pracoviště Lanškroun: B. Smetany 460, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun

pracoviště Lanškroun: Komenského 324, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun

pracoviště Pardubice: náměstí Republiky 2686, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2

Společnost pro ranou péči

www.ranapece.cz; tel.: 224 826 858; centrum@ranapece.cz

Středisko rané péče SPRP Olomouc

www.ranapece.cz; tel.: 585 222 921; olomouc@ranapece.cz

pracoviště Olomouc: Střední novosadská 356/52, Nové Sady, 779 00 Olomouc 9

pracoviště Olomouc: U botanické zahrady 828/4, Olomouc, 779 00 Olomouc 9

pracoviště Zlín: Burešov 4886, Zlín, 760 01 Zlín 1

Středisko rané péče v Pardubicích, o. p. s.

Bělehradská 389, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; www.ranapece-pce.cz; tel.: 466 641 031, 736 512 613; stredisko@ranapece-pce.cz

Telefonická krizová pomoc slouží pro osoby v krizové situaci, které potřebují okamžitou pomoc. Ta je poskytována prostřednictvím telefonního hovoru s krizovým interventem, případně za využití Skype apod.

KONTAKT Ústí nad Orlicí, o. p. s.

Smetanova 470, Ústí nad Orlicí, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; www.linkaduveryuo.cz; tel.: 465 524 252; napis@linkaduveryuo.cz

Tlumočnické služby jsou služby, které využívají osoby, jež mají potíže při komunikaci především z důvodu svého smyslového postižení.

Tichý svět, o. p. s.

Jana Palacha 1552, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.tichysvet.cz; tel.: 605 253 123

Terénní programy jsou služby určené lidem, kteří vedou rizikový způsob života nebo jsou jím ohroženi. Často jde o osoby užívající návykové nebo omamné psychotropní látky, osoby bez přístřeší, lidi žijící v sociálně vyloučených komunitách a další skupiny. Služba za nimi dochází do míst, kde se tito lidé zdržují, vyhledává je a nabízí jim pomoc a podporu a snaží se o snižování rizik jejich způsobu života. Je poskytována anonymně a bezplatně.



Laxus, z. ú.

- 1** Jana Palacha 324, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.laxus.cz; tel.: 608 626 303, 608 626 303, 774 626 302; teren.pardubice@laxus.cz

Město Svitavy

- 2** Nádražní 2323/10b, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; www.svitavy.cz; tel.: 461 550 300, 723 055 493; sandra.parizkova@svitavy.cz

Město Vysoké Mýto

- 3** Husova 156, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; www.vysoke-myto.cz; tel.: 465 424 306; radnice@vysoke-myto.cz

NADĚJE

- 4** Semanínská 2084, 560 02 Česká Třebová 2; www.nadeje.cz; tel.: 465 539 303; milan.nadvornik@nadeje.cz

Romodrom, o. p. s.

- 5** Sukova třída 1556, 530 02 Pardubice; www.romodrom.cz; tel.: 774 792 310; info@romodrom.cz

SKP-CENTRUM, o. p. s.

- 6** Jana Palacha 324, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.skp-centrum.cz; tel.: 461 102 383, teren.ndc@skp-centrum.cz

SKP-CENTRUM, o. p. s.

- 7** Jungmannova 2550, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.skp-centrum.cz; tel.: 774 658 593, 464 629 614; teren@skp-centrum.cz

Šance pro Tebe

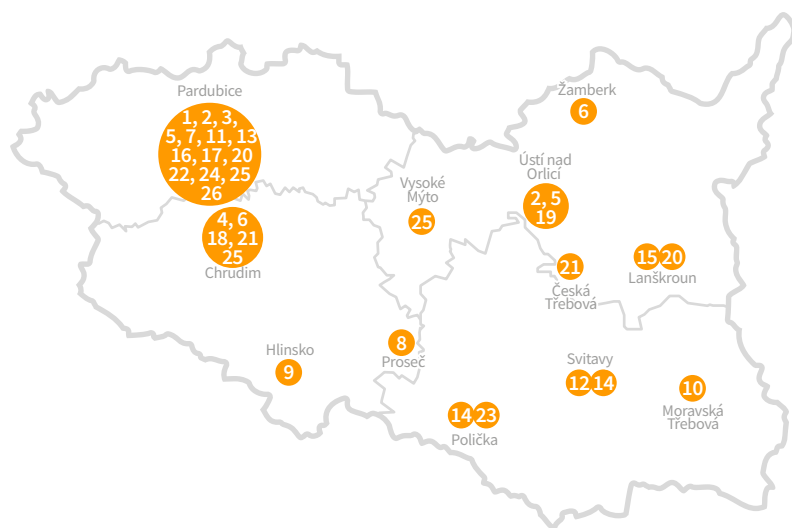
- 8** Štěpánkova 92, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1; www.sance.chrudim.cz; tel.: 469 623 501; sance@sance.chrudim.cz

Služby následné péče pomáhají osobám s duševním onemocněním nebo uživatelům drog, alkoholu a gamblerům, kteří absolvovali pobytovou léčbu či ambulantní léčbu. Cílem je jejich začlenění do běžného života.

Laxus, z. ú.

- Jana Palacha 1552, 530 02 Pardubice 2; www.laxus.cz; tel.: 736 316 540; ambulance.pardubice@laxus.cz

Sociální rehabilitace je služba, která podporuje nejrůznější skupiny osob k dosažení větší míry samostatnosti, nezávislosti a soběstačnosti v běžném životě. Rozvíjí jejich schopnosti, dovednosti, posiluje jejich pozitivní návyky a pomáhá s nácviky běžných činností, které jsou nezbytné pro samostatný život. Člověk, jenž se stane více samostatným a soběstačným, pak může projevít zájem rozvíjet se dál a zdokonalovat například své pracovní návyky a dovednosti a využít dalších služeb.



● osoby se zdravotním postižením ● osoby s duševním onemocněním
● lidé opouštějící náhradní výchovu, ohrožené rodiny ● sociálně vyloučení, lidé bez domova

| | |
|--|---|
| APOLENKA, z. s. | |
| 1 Na Okrajích 156, Spojil, 530 02 Pardubice 2; www.apolenka.org ; tel.: 775 114 618; jolana.stepankova@apolenka.org | ● |
| AUDIOHELP, z. s. | |
| 2 www.audiohelp.cz ; tel.: 466 301 888, 777 164 111; shw@email.cz pracoviště Pardubice: Bělehradská 389, Polabiny, 530 09 Pardubice pracoviště Ústí nad Orlicí: Čs. armády 284, 562 01 Ústí nad Orlicí | ● |
| CEDR Pardubice, o. p. s. | |
| 3 Jana Palacha 324, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.cedrops.cz ; tel.: 739 285 728; cedr@cedrops.cz | ● |
| Centrum J. J. Pestalozziho, o. p. s. | |
| 4 Štěpánkova 108, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1; www.otevridvere.cz ; tel.: 469 625 121, 724 309 177; poradna@pestalozzi.cz | ● |

| | |
|---|---|
| Centrum pro zdravotně postižené a seniory Pardubického kraje, o. p. s. | |
| www.czp-pk.cz , czp-pk@centrum.cz 5 pracoviště Pardubice: Bělehradská 389, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; tel.: 466 335 630 pracoviště Ústí nad Orlicí: Čs. armády 1181, Ústí nad Orlicí, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; tel.: 465 525 324 pracoviště Chrudim: Revoluční 594, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; tel.: 469 620 320 | ● |
| Cesta pro rodinu, z. ú. | |
| 6 Sadová 1475, 564 01 Žamberk; www.cestaprorodinu.cz ; 465 322 858; dpc@cestaprorodinu.cz | ● |
| Česká abilympijská asociace, z. s. | |
| 7 Sladkovského 2824, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.centrumkosatec.cz ; tel.: 777 006 525; pavlina.potuckova@centrumkosatec.cz | ● |
| ERGOTEP, družstvo invalidů | |
| 8 ergotep.cz ; tel.: 469 660 912; socialnisluzba@ergotep.cz pracoviště Proseč u Skutče: Zábořská 93, Záboří, 539 44 Proseč u Skutče pracoviště Proseč u Skutče: Zábořská 202, Záboří, 539 44 Proseč u Skutče | ● |
| Fokus Vysočina | |
| 9 Karla Lidického 1213, Hlinsko, 539 01 Hlinsko v Čechách 1; www.fokusvysočina.cz ; tel.: 777 151 494; hlinsko@fokusvysočina.cz | ● |
| Charita Moravská Třebová | |
| 10 Linhartice 133, 571 01 Moravská Třebová (od ledna 2021 Lanškrounská 243, 571 01 Moravská Třebová); www.mtrebova.charita.cz ; tel.: 739 002 756; ludmila.dostalova@mtrebova.charita.cz | ● |
| KŘÍŽOVATKA handicap centrum, o. p. s. | |
| 11 Arnošta z Pardubic 2605, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.krizovatka-hc.cz ; tel.: 776 468 078, 466 301 684; vedeni@krizovatka-hc.cz | ● |
| Město Svitavy | |
| 12 Nádražní 2323/10b, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; www.svitavy.cz ; tel.: 723 055 493; sandra.parizkova@svitavy.cz | ● |
| Nový prostor, z. ú. | |
| 13 Štrossova 512, Bílé Předměstí, 530 03 Pardubice; www.novyprostor.cz ; tel.: 774 496 016; projekt@novyprostor.cz | ● |
| Oblastní charita Polička | |
| 14 www.policka.charita.cz ; tel.: 731 598 763; od@pol.hk.caritas.cz pracoviště Svitavy: náměstí Míru 138/80, Město, 568 02 Svitavy 2 pracoviště Polička: Tylova 248, Polička – Město, 572 01 Polička | ● |
| Oblastní charita Ústí nad Orlicí | |
| 15 Havlíčkova 1129, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun; www.uo.caritas.cz ; tel.: 731 639 672; centerum.lan@orlicko.cz | ● |
| Péče o duševní zdraví – středisko Výměník, z. s. | |
| 16 www.vymenik.pdz.cz ; tel.: 466 412 107; pdz-vymenik@pdz.cz pracoviště: Mladých 325, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9 pracoviště: Lonkova 510, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9 | ● |
| Péče o duševní zdraví, z. s. | |
| 17 Bělehradská 389, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; www.pdz.cz ; tel.: 777 454 573; pdz-pce@pdz.cz | ● |

| | | |
|-----------|--|-----|
| 18 | Péče o duševní zdraví, z. s. Městský park 274, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; www.pdz.cz ; tel.: 469 626 383; pdz-cr@pdz.cz | ● |
| 19 | Péče o duševní zdraví, z. s. Komenského 156, Ústí nad Orlicí, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; www.pdz.cz ; tel.: 465 381 521; pdz-uo@pdz.cz | ● |
| 20 | Rodinné Integrační Centrum, z. s. www.ric.cz ; tel.: 739 025 071; info@ric.cz pracoviště Lanškroun: B. Smetany 460, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun pracoviště Pardubice: náměstí Republiky 2686, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2 | ● |
| 21 | Rytmus Východní Čechy, o. p. s. www.rytmusvychod.cz ; tel.: 469 621 599, 777 222 139; chrudim@rytmusvychod.cz pracoviště Chrudim: Heydukova 392, Chrudim II, 537 01 Chrudim 1 pracoviště Česká Třebová: Skalka 1692, Česká Třebová, 560 02 Česká Třebová 2 | ● ● |
| 22 | Salesiánský klub mládeže, z. s. Centrum Don Bosco, Zborovské náměstí 2018, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.dozivota.cz ; tel.: 731 405 545; doprovazeni@dozivota.cz | ● |
| 23 | Svazek obcí AZASS Eimova 294, Horní Předměstí, 572 01 Polička; www.azass.cz/domov ; tel.: 461 722 700; azass@tiscali.cz | ● |
| 24 | Tichý svět, o. p. s. Jana Palacha 1552, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; www.tichyvet.cz ; tel.: 605 253 123; marie.horakova@tichyvet.cz | ● |
| 25 | TyfloCentrum Pardubice, o. p. s. www.tcpce.cz , pardubice@tyflocentrum.cz pracoviště Pardubice: nábřeží Závodu míru 1961, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; tel.: 466 500 615 pracoviště Chrudim: Městský park 274, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; tel.: 469 623 368 pracoviště Vysoké Mýto: Plk. B. Kohouta 914, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; tel.: 774 415 173 | ● |
| 26 | Tyfloservis, o. p. s. Bělehradská 389, 530 09 Pardubice – Polabiny (návštěva po předchozí domluvě), www.tyfloservis.cz ; tel.: 495 273 636; pardubice@tyfloservis.cz | ● |

● osoby se zdravotním postižením ● osoby s duševním onemocněním
● lidé opouštějící náhradní výchovu, ohrožené rodiny ● sociálně vyloučení, lidé bez domova

4 Zdravotnické služby v Pardubickém kraji

Krajský úřad Pardubického kraje

Komenského náměstí 125, 532 11 Pardubice; www.pardubickykraj.cz;
tel.: 466 026 111; posta@pardubickykraj.cz.



Pardubický kraj, odbor zdravotnictví registruje poskytovatele zdravotních služeb dle ust. § 122 odst. 2 zákona č. 372/2011 Sb., o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (zákon o zdravotních službách).

Informace o poskytovatelích zdravotních služeb a sociálních služeb, kteří nabízí zdravotní služby, lze čerpat z **Národního registru poskytovatelů zdravotních služeb (NRPZS)**. K vyhledání aktuálních údajů z registru slouží: <https://eregpublicsecure.ksrzis.cz/registr/NrPzs/kontaktyodkazy>.

Na webových stránkách <https://www.pardubickykraj.cz/pro-osoby-se-zdravotnim-postizenim> je k dispozici:

- ▶ Adresář poskytovatelů fyzioterapie, ergoterapie a rehabilitace na Pardubicku
- ▶ Adresář služeb pro osoby s poruchou autistického spektra
- ▶ Adresář pro osoby se sluchovým postižením a Adresář logopedické péče

Pokud hledáte lékaře nebo máte jiné dotazy ke zdravotním službám, můžete využít i služeb zákaznické linky vaší zdravotní pojišťovny.

Všeobecná zdravotní pojišťovna ČR (VZP), kód: 111, tel.: 952 222 222

Vojenská zdravotní pojišťovna (VozP ČR), kód: 201, tel.: 222 929 199

Česká průmyslová zdravotní pojišťovna (ČPZP), kód: 205, tel.: 810 800 000

Oborová zdravotní pojišťovna (OZP), kód: 207, tel.: 261 105 555

Zaměstnanecká pojišťovna (ZP) Škoda, kód: 209, tel.: 800 209 000

Zdravotní pojišťovna ministerstva vnitra ČR (ZP MV ČR), kód: 211, tel.: 844 211 211

Revírní bratská pokladna, zdravotní pojišťovna (RBP-ZP), kód: 213, tel.: 800 213 213



► Zdravotnická záchranná služba

Zdravotnická záchranná služba (ZZS) je zdravotní službou, v jejímž rámci je na základě tísňové výzvy poskytována zejména přednemocniční neodkladná péče osobám se závažným postižením zdraví nebo v přímém ohrožení života. Zdravotnická záchranná služba funguje nepřetržitě.

Bezplatná telefonní čísla tísňového volání



155 – Zdravotnická záchranná služba

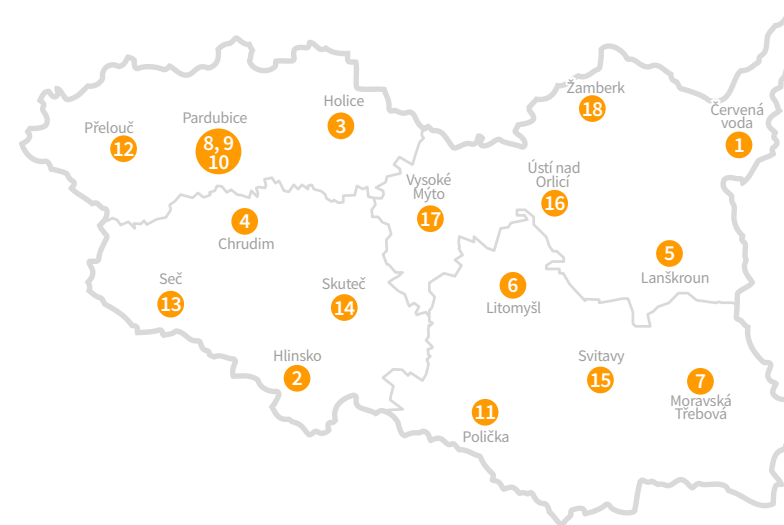
112 – Jednotné evropské číslo tísňového volání pro přivolání pomoci integrovaného záchranného systému (policie, zdravotnická záchranná služba a hasiči).

Při volání na tísňovou linku 155 vždy uvádějte následující údaje: **kde, komu a co se stalo**. Tísňová telefonní linka slouží k přivolání odborné zdravotnické pomoci v případě zdravotních potíží, které bezprostředně ohrožují život nebo hrozí-li bezprostřední ohrožení života v případě prodlení.

Pardubický kraj zřizuje **Zdravotnickou záchrannou službu Pardubického kraje**, která na území kraje zajišťuje neodkladnou péči a další související činnosti. Dispečink záchranné služby: 466 034 107. Bližší informace o zdravotnické záchranné službě naleznete na webu www.zzspak.cz.



Výjezdové základny



| | |
|---|--|
| 1 Červená Voda č. p. 538, 561 62 Červená Voda | 10 Pardubice – Staré Čívce Na Štěpnici 480, 530 06 Pardubice |
| 2 Hlinsko Poličská 399, 539 01 Hlinsko | 11 Polička Starohradská 594, 572 01 Polička |
| 3 Holice Palackého 1173, 534 01 Holice | 12 Přelouč Studentská 1591, 535 01 Přelouč |
| 4 Chrudim Milady Horákové 12, 537 03 Chrudim | 13 Seč Seč 336, 538 07 |
| 5 Lanškroun Dobrovského 34, 563 01 Lanškroun | 14 Skuteč Zvěřinova 1002, 539 73 Skuteč |
| 6 Litomyšl Partyzánská 1074, 570 01 Litomyšl | 15 Svitavy Kollárova 2201/9, 568 02 Svitavy |
| 7 Moravská Třebová Svitavská 36, 571 01 Moravská Třebová | 16 Ústí nad Orlicí Hylváty 474, 562 03 Ústí nad Orlicí |
| 8 Pardubice – Dukla Teplého 1526, 530 02 Pardubice | 17 Vysoké Mýto Vraclavská 120/2, 566 01 Vysoké Mýto |
| 9 Pardubice – Pardubičky Průmyslová 450, 530 03 Pardubice | 18 Žamberk U polikliniky 1514, 564 01 Žamberk |

► Vybraná zdravotnická zařízení



| | | |
|----------|--|-------|
| 1 | Albertinum, odborný léčebný ústav Za Kopečkem 353, 564 01 Žamberk; www.albertinum-olu.cz ; tel.: 465 612 111 | ● ● |
| 2 | Hamzova odborná léčebna pro děti a dospělé Košumberk 80, 538 54 Luže; www.hamzova-lecebna.cz ; tel.: 469 648 111 | ● |
| 3 | Léčebna dlouhodobě nemocných Rybitví Činžovních domů 140, 533 54 Rybitví; www.ldn-rybitvi.cz ; tel.: 469 779 705 | ● |
| 4 | Léčebný ústav Červená Voda Červená Voda 333, 561 61 Červená Voda; www.aeskulap.cz ; tel.: 465 626 321, 602 164 369 | ● |
| 5 | Lékařská pohotovost Hlinsko Nádražní 548, 539 01 Hlinsko (poliklinika); tel.: 469 311 444 | ● |
| 6 | Nemocnice následné péče Moravská Třebová Svitavská 25, 571 16 Moravská Třebová; www.nemocnicemtr.cz ; tel.: 461 352 312, 461 352 237, 461 352 348 | ● |
| 7 | Nemocnice Pardubického kraje, a. s. Chrudimská nemocnice , Václavská 570, 537 01 Chrudim II; www.chrudim.nempk.cz ; tel.: 466 011 111 | ● ● ● |
| 8 | Nemocnice Pardubického kraje, a. s. Litomyšlská nemocnice , J. E. Purkyně 652, 570 01 Litomyšl – Město; www.litomysl.nempk.cz ; tel.: 461 655 111 | ● ● |
| 9 | Nemocnice Pardubického kraje, a. s. Orlickoústecká nemocnice , Čs. armády 1076, 562 01 Ústí nad Orlicí; www.usti.nempk.cz ; tel.: 465 710 111 | ● |

| | | |
|-----------|---|-----------|
| 10 | Nemocnice Pardubického kraje, a. s. Pardubická nemocnice , Kyjevská 44, 532 03 Pardubice; www.pardubice.nempk.cz ; tel.: 466 011 111, 840 111 246 | ● ● ● ● ● |
| 11 | Nemocnice Pardubického kraje, a. s. Svitavská nemocnice , Kollárova 643/7, 568 02 Svitavy – Předměstí; www.svitavy.nempk.cz ; tel.: 461 569 111 | ● ● ● ● |
| 12 | Odborný léčebný ústav Jevíčko Jevíčko 508, 569 43 Jevíčko; www.olujevicko.cz ; tel.: 461 550 711 | ● |
| 13 | Poličská nemocnice, s. r. o. Eimova 294, 572 01 Polička; tel.: 461 722 700 | ● |
| 14 | Rehabilitační ústav Brandýs nad Orlicí Lázeňská ul. 58, 561 12 Brandýs nad Orlicí; www.rehabilitacniustav.cz ; tel.: 465 544 031, 733 373 398 | ● |
| 15 | Vysokomýtská nemocnice, p. o. Hradecká 167, 566 23 Vysoké Mýto; www.vmnemocnice.cz ; tel.: 465 467 210, 465 467 211 | ● |

- psychiatrická lůžková zařízení ● lékařská pohotovostní služba pro děti a pro dospělé
● léčebna dlouhodobě nemocných ● odborné léčebné ústavy
● poradny pro osoby závislé ● poradna pro osoby závislé na tabáku

► Lékařské pohotovostní služby

Pardubicko

Nemocnice Pardubického kraje, a. s.
Pardubická nemocnice, Kyjevská 44, 532 03
 Pardubice

Děti a dorost

pracovní dny: 16.00–20.00 hodin
 sobota, neděle, svátky: 8.00–19.00 hodin
 tel.: 466 015 405
 LPS najdete v budově č. 7 – dětském oddělení
 (zezadu). Lékařskou pohotovostní službu pro
 dospělé zajišťují v současné době příslušná oddělení
 Pardubické nemocnice.

Litomyšlsko

Nemocnice Pardubického kraje, a. s.
Litomyšlská nemocnice, J. E. Purkyně 652, 570 14
 Litomyšl

Dospělí

sobota, neděle, svátky: 8.00–13.00 hodin
 tel.: 461 655 397
 LPS se nachází v přízemí budovy ředitelství.

Děti a dorost

sobota, neděle, svátky: 8.00–13.00 hodin
 tel.: 461 655 253, 461 655 256
 LPS je k dispozici v dětském oddělení nemocnice
 (pozn. od 21. 3. 2020 do odvolání zajišťuje lékařskou
 pohotovostní službu pro děti a dorost Orlickoústecká
 a Svitavská nemocnice).

Chrudimsko

Nemocnice Pardubického kraje, a. s.
Chrudimská nemocnice, Václavská 570, 537 27
 Chrudim

Dospělí

pracovní dny: 16.00–20.00 hodin
 sobota, neděle, svátky: 8.00–17.00 hodin
 tel.: 469 653 332
 LPS se nachází v areálu nemocnice v budově
 ředitelství.

Děti a dorost

pracovní dny: 16.00–20.00 hodin
 sobota, neděle, svátky: 8.00–17.00 hodin
 tel.: 469 653 331
 LPS najdete v areálu nemocnice v budově ředitelství.

Hlincecko

Lékařská pohotovost Hlinsko
 Nádražní 548, 539 01 Hlinsko (poliklinika)

Dospělí

pracovní dny: 18.00–22.00 hodin
 sobota, neděle, svátky: 10.00–19.00 hodin
 tel.: 469 311 444. LPS se nachází v budově A.

Děti a dorost

pracovní dny: 18.00–22.00 hodin
 sobota, neděle, svátky: 10.00–19.00 hodin
 tel.: 469 311 444
 LPS se nachází v budově A.

Svitavsko

Nemocnice Pardubického kraje, a. s.
Svitavská nemocnice, Kollárova 22, 568 25 Svitavy
 (poliklinika)

Dospělí

pátek: 18.00–21.00 hodin
 sobota, neděle, svátky: 9.00–17.00 hodin
 tel.: 461 569 239
 LPS se nachází v přízemí polikliniky v místnosti
 ambulance LSPP.

Děti a dorost

sobota, neděle, svátky: 8.00–18.00 hodin
 tel.: 461 569 270
 LPS je k dispozici v přízemí polikliniky v místnosti
 dětské ambulance.

Orlickoústecko

Nemocnice Pardubického kraje, a. s.
Orlickoústecká nemocnice, Čs. armády 1076,
 562 18 Ústí nad Orlicí

Dospělí

sobota, neděle, svátky: 9.00–18.00 hodin
 tel.: 465 710 192
 LPS se nachází v přízemí neurologického pavilonu.

Děti a dorost

sobota, neděle, svátky: 8.00–18.00 hodin
 tel.: 465 710 191
 LPS najdete v ambulanci dětského oddělení.

► Pohotovostní služba zubních lékařů (podle regionů)

Pardubice, Chrudim

Nemocnice Pardubického kraje, a. s.
Pardubická nemocnice, Kyjevská 44, 532 03
 Pardubice

pracovní dny: 17.00–21.00 hodin
 sobota, neděle, svátky: 8.00–18.00 hodin
 (12.00–13.00 polední přestávka)
 tel.: 466 015 207
 Pohotovost se nachází v budově č. 13 vedle hlavní
 vrátnice.

Litomyšl, Polička

Podle rozpisu v jednotlivých zubních ordinacích
 regionu. Sobota, neděle, svátky: 8.00–11.00 hodin.

Hlinsko, Skuteč, Trhová Kamenice, Miřetice

Podle rozpisu v jednotlivých zubních ordinacích
 regionu. Sobota, neděle, svátky: 9.00–13.00 hodin.

Lanškroun, Letohrad, Králíky, Žamberk

Podle rozpisu v jednotlivých zubních ordinacích
 regionu. Sobota, neděle, svátky: 8.00–11.00 hodin.

Svitavy, Moravská Třebová

Podle rozpisu v jednotlivých zubních ordinacích
 regionu. Sobota, neděle, svátky: 8.00–11.00 hodin.

Vysoké Mýto, Choceň, Česká Třebová,
Ústí nad Orlicí

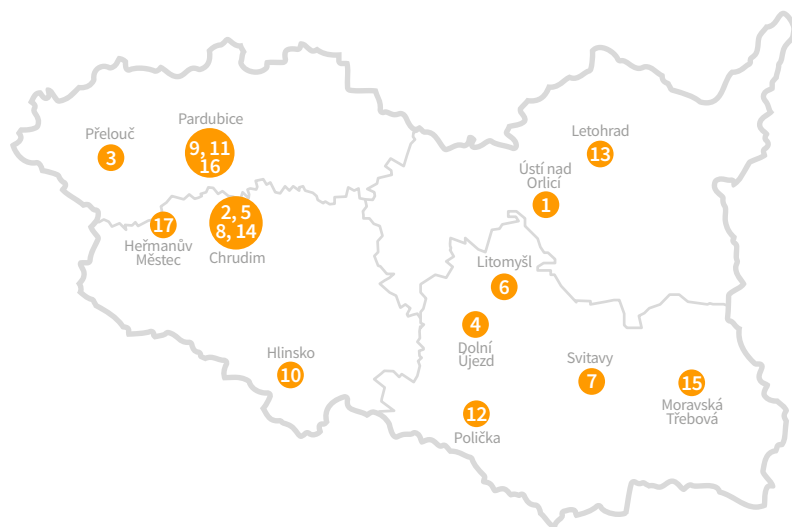
Podle rozpisu v jednotlivých zubních ordinacích
 regionu. Sobota, neděle, svátky: 8.00–11.00 hodin.

Aktuální rozpis pohotovostní služby zubních lékařů najdete na

<https://www.pardubickykraj.cz/lekarska-sluzba>.

► Domácí zdravotní a hospicová péče

Informace o poskytovatelích zdravotních služeb, kteří nabízejí zdravotní služby, lze čerpat z **Národního registru poskytovatelů zdravotních služeb (NRPZS)**. K vyhledání aktuálních údajů z registru slouží: <https://nrpzs.uzis.cz/index.php?pg=vyhledavani-poskytovatele--pro-verejnost>



- 1 Centrum komplexní péče CZ, s. r. o.**
Čs. armády 1181, 562 01 Ústí nad Orlicí; tel.: 602 703 673
- 2 Centrum sociálních služeb a pomoci Chrudim**
Obce Ležáků 215, 537 01 Chrudim; tel.: 469 638 630; <https://www.socialni-sluzby.cz>
- 3 Domácí péče Včelka Pardubicko, s. r. o.**
Hradecká 1383, 535 01 Přelouč; tel.: 605 590 200; <https://www.pecevcelka.cz/pobočka/okres-pardubice/>
- 4 Farní charita Dolní Újezd**
č. p. 613, 569 61 Dolní Újezd; tel.: 461 631 672; <https://www.dolniujezd.charita.cz>
- 5 Farní charita Chrudim**
Školní náměstí 56, 537 01 Chrudim; tel.: 469 622 953; <https://www.chrudim.charita.cz/>
- 6 Farní charita Litomyšl**
Bělídla 392, 570 01 Litomyšl; tel.: 461 619 183; <https://www.litomysl.charita.cz>
- 7 GERIA, s. r. o.**
Felberova 715/31, 568 02 Svitavy; tel.: 733 679 602; <https://www.geria.cz>
- 8 Hospic Chrudim, z. ú. (pobytový hospic)**
K Ploché dráze 602, 537 01 Chrudim; tel.: 461 001 900; <http://www.hospicchrudim.cz/>

- 9 Kamilka, s. r. o.**
Semtín 112, 533 53 Pardubice; tel.: 773 535 915; www.kamilka.eu
- 10 Oblastní charita Nové Hradky u Skutče**
Erbenova 730, 539 01 Hlinsko; tel.: 461 310 56; <https://www.novehrady.charita.cz/>
- 11 Oblastní charita Pardubice**
V Ráji 732, 530 02 Pardubice; tel.: 466 335 026, 775 296 843; <http://www.pardubice.charita.cz>
- 12 Oblastní charita Polička**
Vrchlického 185, 572 01 Polička; tel.: 461 725 552; <https://www.policka.charita.cz>
- 13 Oblastní charita Ústí nad Orlicí**
Na Kopečku 356, 561 51 Letohrad; tel.: 465 621 281; <https://www.uo.charita.cz>
- 14 Oblastní spolek Českého červeného kříže Chrudim**
Městský park 274, 537 01 Chrudim; tel.: 469 620 318; <https://www.cckchrudim.cz>
- 15 SESTRÍČKA.CZ – DOMÁCÍ PÉČE SVITAVSKO, s. r. o.**
Svitavská 480, 571 01 Moravská Třebová; tel.: 468 006 941; <https://www.svitavsko.sestricka.cz>
- 16 SKP-CENTRUM, o. p. s.**
Jana Palacha 324, 530 02 Pardubice; tel.: 464 629 618; <https://www.skp-centrum.cz>
- 17 Energeia (domácí dětská paliativní péče)**
Za Pektínou 944, 538 03 Heřmanův Městec; tel.: 608 028 435; <http://www.detskapaliativnipece.cz/>

► Kontakty na ambulantní psychiatry

Okres Pardubice

MUDr. David Bayer, Pardubice; tel.: 466 501 692

MUDr. Lucie Buryšková, Pardubice; tel.: 466 011 111

MUDr. Veronika Cardová, Pardubice; tel.: 725 576 726

MUDr. Eva Čápková (psychiatrická ambulance pro děti a dorost), Pardubice; tel.: 466 611 422

MUDr. Marie Gerstnerová, Náměstí Jana Pernera 217, Pardubice; tel.: 972 322 544

MUDr. Markéta Fialová, Kyjevská 44, Pardubice; tel.: 778 008 840

MUDr. Zdenka Frátriková, Smilova 405, Pardubice; tel.: 466 611 798

MUDr. Jan Kolomazník, Kyjevská 44, Pardubice; tel.: 602 434 908

MUDr. Lenka Růžičková, Masarykovo náměstí 2667, Pardubice; tel.: 466 530 095

MUDr. Alena Rýznarová, Smilova, 405, 530 02 Pardubice; tel.: 466 611 802

MUDr. Michaela Málková, Bratranců Veverkových 1030, 530 06 Pardubice; tel.: 466 530 095, 774 770 211

MUDr. Jiří Čížek, náměstí T. G. Masaryka 29, Holice; tel.: 469 622 779

Okres Chrudim

MUDr. Eva Miklasová, Chrudim; tel.: 469 638 944

MUDr. Marie Blažková, Chrudim; tel.: 731 151 538

MUDr. Vladimír Kučera, Chrudim; tel.: 469 318 074

MUDr. Eva Rýdlová, Chrudim; tel.: 469 638 944

MUDr. Josef Křepela, Chrudim; tel.: 469 622 779

MUDr. Helena Novotná, Chrudim; tel.: 469 638 932

MUDr. Jiří Čížek, Chrudim; tel.: 469 622 779

MUDr. Jana Malá, Hlinsko; tel.: 602 684 177, 469 311 737

MUDr. Emil Herr, Hlinsko; tel.: 728 207 139

MUDr. Pavla Novotná, Hlinsko; tel.: 776 727 795

Okres Ústí nad Orlicí

MUDr. Renata Severová, ordinace Ústí nad Orlicí, Lanškroun; tel.: 465 524 149, 465 324 179, tel. pro SMS: 775 492 242

MUDr. Milena Paslerová, Králíky; tel.: 604 366 868

MUDr. Petra Šmídová, Choceň; tel.: 604 926 628

MUDr. Marika Vondráková, Žamberk; tel.: 465 676 859

MUDr. Radoslav Hnidka, Žamberk Albertinum; tel.: 465 677 907

MUDr. Eva Zárubová, Vysoké Mýto; tel.: 602 114 769

MUDr. Ivo Kunst, Ústí nad Orlicí; tel.: 604 460 700

Okres Svitavy

MUDr. Jiří Cach, Moravská Třebová; tel.: 461 312 898

MUDr. Daniela Krejčí, Litomyšl; tel.: 604 557 040

MUDr. Pavla Novotná, Litomyšl; tel.: 461 619 437

MUDr. Hana Dynková, Svitavy; tel.: 604 746 540

MUDr. Jarmila Novotná, Polička; tel.: 776 280 224

► Terénní a ambulantní služby pro osoby s duševním onemocněním

Centrum duševního zdraví poskytuje zdravotní a sociální služby lidem se závažným duševním onemocněním, zejména lidem, kteří trpí schizofrenií, poruchami nálad (jako je například deprese, mánie či bipolární porucha), případně lidem s neurotickými poruchami či některými poruchami osobnosti. Smyslem center duševního zdraví je předcházet hospitalizaci při aktuální fázi onemocnění a pomoci při zotavení po návratu z hospitalizace.

Centrum duševního zdraví Pardubice

Bělehradská 389, 530 09 Pardubice; www.pdz.cz/cdz-pa.html; tel.: 777 454 573; pdz-pce@pdz.cz

5 Úřad práce

S čím se mohu obrátit na úřad práce?

- ▶ Pracovní příležitosti.
- ▶ Dávky pro osoby se zdravotním postižením:
 - ▷ příspěvek na mobilitu;
 - ▷ příspěvek na zvláštní pomůcku;
 - ▷ průkaz OZP.
- ▶ Dávky státní sociální podpory:
 - ▷ přírůstek na dítě;
 - ▷ příspěvek na bydlení;
 - ▷ dávky péčovské péče;
 - ▷ rodičovský příspěvek;
 - ▷ porodné;
 - ▷ pohřebné.
- ▶ Dávky pomoci v hmotné nouzi:
 - ▷ příspěvek na živobytí;
 - ▷ doplatek na bydlení;
 - ▷ mimořádná okamžitá pomoc.
- ▶ Příspěvek na péči.

Úřad práce České republiky
 – krajská pobočka v Pardubicích
 Boženy Víkové-Kunětické 2011,
 Zelené Předměstí,
 530 02 Pardubice 2

Úřední hodiny:
 pondělí: 8.00–12.00, 13.00–17.00
 úterý: 8.00–11.00
 středa: 8.00–12.00, 13.00–17.00
 čtvrtek: 8.00–11.00
 pátek: 8.00–11.00 jen pro evidenci nových uchazečů o zaměstnání a příjem žádostí o nepojistné sociální dávky či pozvané klienty

Pozn. ke zkratkám v telefonních kontaktech v následující tabulce:

ZAM = zprostředkování zaměstnání;
 NSD = nepojistné dávky: Státní sociální podpora (SSP), Hmotná nouze (HN), Příspěvek na péči (PnP), Dávky pro osoby se zdravotním postižením (DOZP)

Call centrum Úřadu práce ČR

tel.: 844 844 803
 pondělí–pátek: 8.00–20.00

Poradenská služba s placenou telefonní linkou.



● zprostředkování zaměstnání ● státní sociální podpora ● hmotná nouze
 ● příspěvek na péči ● dávky pro osoby se zdravotním postižením

| | | |
|-----------|---|-----------|
| 1 | Kontaktní pracoviště Česká Třebová Na Strouze 1643, 560 02 Česká Třebová; tel.: ZAM 950 172 200, NSD 950 172 210 | ● ● ● ● ● |
| 2 | Kontaktní pracoviště Hlinsko Poděbradovo náměstí 1570, 539 01 Hlinsko v Čechách; tel.: ZAM 950 119 221, NSD 950 119 270 | ● ● ● ● ● |
| 3 | Kontaktní pracoviště Holice náměstí T. G. Masaryka 16, 534 01 Holice v Čechách; tel.: ZAM 950 144 412, NSD 950 144 513 | ● ● ● ● ● |
| 4a | Kontaktní pracoviště Chrudim Pardubická 310, Chrudim IV, 537 01 Chrudim; tel.: ZAM 950 119 432, SSP 950 119 281, HN 950 119 500, PnP a DOZP 950 119 540 | ● ● ● ● ● |
| 4b | Kontaktní pracoviště Chrudim Náměstí 77, 538 25 Nasavrky | ● |
| 5 | Kontaktní pracoviště Králíky Sadová 314, 561 69 Králíky; tel.: ZAM 950 172 230, SSP 950 172 465, HN 950 172 322, PnP a DOZP 950 172 238 | ● ● ● ● ● |
| 6 | Kontaktní pracoviště Lanškroun Opletalova 92, Ostrovské Předměstí, 563 01 Lanškroun; tel.: ZAM 950 172 243, SSP 950 172 254, HN 950 172 434, PnP a DOZP 950 172 252 | ● ● ● ● ● |
| 7 | Kontaktní pracoviště Litomyšl J. E. Purkyně 918, Litomyšl-město, 570 01 Litomyšl; tel.: ZAM 950 163 486, NSD 950 163 561 | ● ● ● ● ● |
| 8a | Kontaktní pracoviště Moravská Třebová Cihlářova 6/13, Moravská Třebová-město, 571 01 Moravská Třebová; tel.: ZAM 950 163 496, SSP 950 163 531, HN 950 163 397, PnP a DOZP 950 163 499 | ● ● ● ● ● |

| | | |
|------------|--|-----------|
| 8b | Kontaktní pracoviště Moravská Třebová Palackého nám. 1, 569 43 Jevíčko; tel.: ZAM 950 163 550, SSP a HN 950 163 551 | ● ● ● |
| 9a | Kontaktní pracoviště Pardubice Boženy Víkové-Kunětické 2011, Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice; tel.: ZAM 950 144 319 a 950 144 316 | ● |
| 9b | Kontaktní pracoviště Pardubice Jiráskova 20, Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice; tel.: SSP 950 144 569, HN 950 144 592, PnP a DOZP 950 144 596 | ● ● ● ● ● |
| 10a | Kontaktní pracoviště Polička Husova 314, Horní Předměstí, 572 01 Polička; tel.: ZAM 950 163 470 | ● |
| 10b | Kontaktní pracoviště Polička Nádražní 591, Horní Předměstí, 572 01 Polička; tel.: SSP 950 163 543, HN 950 163 548, PnP a DOZP 950 163 547 | ● ● ● ● ● |
| 11 | Kontaktní pracoviště Přelouč K. H. Máchy 908, 535 01 Přelouč; tel.: ZAM 950 144 401, NSD 950 144 520 | ● ● ● ● ● |
| 12 | Kontaktní pracoviště Skuteč Smetanova 842, 539 73 Skuteč; tel.: ZAM 950 119 211, NSD 950 119 210 | ● ● ● ● ● |
| 13 | Kontaktní pracoviště Svitavy Bezručova 2055/13, Předměstí, 568 02 Svitavy; tel.: ZAM 950 163 437 či 950 163 445, NSD 950 163 410 | ● ● ● ● ● |
| 14 | Kontaktní pracoviště Třemošnice Náměstí Míru 451, 538 43 Třemošnice; tel.: ZAM 950 119 203, NSD 950 119 206 | ● ● ● ● ● |
| 15 | Kontaktní pracoviště Ústí nad Orlicí 17. listopadu 1394, 562 01 Ústí nad Orlicí; tel.: ZAM 950 172 435 či 950 172 447, SSP 950 172 505, HN 950 172 473, DOZP 950 172 501, PnP 950 172 452 | ● ● ● ● ● |
| 16a | Kontaktní pracoviště Vysoké Mýto Žižkova 272, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; tel. ZAM 950 172 260, NSD 950 172 268 | ● ● ● ● ● |
| 16b | Kontaktní pracoviště Vysoké Mýto Jungmannova 301, 565 01 Choceň; tel.: HN 464 461 915 (pouze středy) | ● |
| 17a | Kontaktní pracoviště Žamberk Nádražní 833, 564 01 Žamberk; tel.: ZAM 950 172 280, NSD 950 172 228 | ● ● ● ● ● |
| 17b | Kontaktní pracoviště Žamberk Náměstí 5. května 4, 561 64 Jablonné nad Orlicí; tel.: HN 465 461 563 | ● |

● zprostředkování zaměstnání ● státní sociální podpora ● hmotná nouze
● příspěvek na péči ● dávky pro osoby se zdravotním postižením

6 Česká správa sociálního zabezpečení

S čím se mohu obrátit na Českou správu sociálního zabezpečení?

- ▶ Dávky důchodového pojištění
 - ▷ Starobní důchody
 - ▷ Invalidní důchody
 - ▷ Pozůstalostní důchody;
- ▶ Dávky nemocenského pojištění
 - ▷ Nemocenské
 - ▷ Ošetrovné
 - ▷ Dlouhodobé ošetrovné
 - ▷ Vyrovnávací příspěvek v těhotenství a mateřství
 - ▷ Peněžitá pomoc v mateřství
 - ▷ Otcovská;
- ▶ Žádost o výpis dob pojištění z evidence ČSSZ, konkrétně žádost o zaslání informativního osobního listu důchodového pojištění. Ten obsahuje přehled dob důchodového pojištění, případně náhradních dob pojištění, uložených v evidenci

ČSSZ a vyloučených dob. A to včetně celkového součtu evidované doby a součtu náhradních dob. Součástí informativního listu je i přehled a celkový počet neevidovaných dob, které chybí mezi prvním nárokovým dokladem a posledním nárokovým dokladem evidovaným v ČSSZ. Občan má právo na zaslání informativního listu jednou za kalendářní rok.

Okresní správa sociálního zabezpečení Chrudim
V Hliníkách 1172, 537 55 Chrudim; tel.: 469 620 537

Okresní správa sociálního zabezpečení Pardubice
U Stadionu 2729, 530 02 Pardubice; tel.: 466 742 111

Okresní správa sociálního zabezpečení Svitavy
Erbenova 205/1, 568 02 Svitavy; tel.: 461 576 111

Okresní správa sociálního zabezpečení Ústí nad Orlicí
Smetanova 43, 562 01 Ústí nad Orlicí; tel.: 465 563 111

7 Probační a mediační služba

Probační a mediační služba (PMS) usiluje o zprostředkování účinného a společensky prospěšného řešení konfliktů spojených s trestnou činností a současně organizuje a zajišťuje efektivní a důstojný výkon alternativních trestů s důrazem na zájmy poškozených, ochranu komunity a prevenci kriminality.

V Pardubickém kraji jsou střediska PMS v okresních městech.

Probační a mediační služba Chrudim
Poděbradova 909, 537 01 Chrudim; tel.: 731 692 767

Probační a mediační služba Pardubice
17. listopadu 237, 530 02 Pardubice; tel.: 720 970 392

Probační a mediační služba Svitavy
Milady Horákové 10, 568 02 Svitavy; tel.: 733 788 973

Probační a mediační služba Ústí nad Orlicí
Smetanova 43, 562 01 Ústí nad Orlicí; tel.: 731 692 757

8 Nadace

Nadační fond Kapka naděje
Žatecká 16/8, 110 00 Praha 1 – Josefov
tel.: 721 342 785
info@kapkanadeje.cz; www.kapkanadeje.cz

Výbor dobré vůle – Nadace Olgy Havlové
Senovážné náměstí 2, 110 00 Praha 1
tel.: 224 216 883, 800 111 010
vdv@vdv.cz; www.vdv.cz

Nadace J&T
Malostranské nábřeží 563/3, 118 00 Praha 1
tel.: 221 710 374
nadacejt@nadacejt.cz; www.nadacejt.cz

Nadace AGROFERT
Pyšelská 2327/2, 149 00 Praha 4
info@nadaceagrofert.cz; www.nadace-agrofert.cz

Olivova nadace
Olivova 224, 251 01 Říčany
tel.: 323 631 313
info@olivovanadace.cz; www.olivovanadace.cz

Nadace Archa Chantal
Na Poříčí 12, 110 00 Praha 1
tel.: 739 442 141, 775 312 704
info@archa-chantal.cz; www.archa-chantal.cz

9 Okresní soudy v Pardubickém kraji

Okresní soud v Chrudimi
Všehrdovo náměstí 45, 537 21 Chrudim,
tel.: informační centrum: 469 669 737
podatelna@osoud.chr.justice.cz

Okresní soud v Pardubicích
Na Tříšle 118, 530 95 Pardubice
tel.: 466 750 277, 466 750 279, 466 750 111
podatelna@osoudpce.justice.cz

Okresní soud v Ústí nad Orlicí
Husova 975, 562 17 Ústí nad Orlicí
tel.: 465 567 111, 465 521 143–5,
podatelna@osoud.uno.justice.cz

Okresní soud ve Svitavách
Dimitrovova 679/33, 568 19 Svitavy,
tel.: 461 352 836, 461 352 835
podatelna@osoudsvy.justice.cz

10 Mateřská a rodinná centra

V Pardubickém kraji působí **Sít pro rodinu, z. s.** (Sít mateřských center o. s.), kde je možné dohledat kontakt na jednotlivá mateřská centra:

<https://sitprorodinu.cz/rodina-v-centru/seznam-clenskych-mc/vysledky-hledani.html?kraj=Pardubický%20kraj>



- Cesta pro rodinu, z. ú.**
Nádražní 22, 564 01 Zámberk; cestaprorodinu.cz
- Krůček, z. s.**
Wolkerova alej 92/18, 568 02 Svitavy; www.kruekcsvitavy.cz
- MaTami, centrum pro rodinu, z. s.**
Tylova 114, 572 01 Polička; matami.cz
- Mateřské centrum Medvídek, Ústí nad Orlicí, z. s.**
Polská 1308, 562 04 Ústí nad Orlicí; www.medvidekuo.cz
- MC Emma, z. s.**
Velké náměstí 367, 561 69 Králíky; www.mcemma.cz
- MC Hlinečánek**
K. Lidického 1213, 539 01 Hlinsko; www.hlinecanek.cz
- MC Kamínek**
U Koupaliště 1396, 565 01 Choceň; kaminekchocen.cz
- RC Jablíčko Jablonné nad Orlicí**
Aloise Hanuše 85, 561 64 Jablonné nad Orlicí; www.rcjablicko.estranky.cz
- RC Litomyšl**
Toulovcovo náměstí 1163, 570 01 Litomyšl; www.rc.litomysl.cz
- RC Mozaika Letohrad**
Taušlova 714, 561 51 Letohrad; uo.charita.cz/sluzby/rodinne-centrum-mozaika-letohrad/

- 11 Rodičovské centrum Radovánek, z. s.**
Jonášova 726, 538 03 Heřmanův Městec; www.rcradovaneek.cz
- 12 Rodinné a komunitní centrum Kocourek, z. s.**
Moravské náměstí 65, 569 02 Březová nad Svitavou; mckocourek.blogspot.cz
- 13 Rodinné a vzdělávací centrum Holoubek**
Dudychova 782, 534 01 Holice v Čechách; www.pardubice.charita.cz/holoubek
- 14 Rodinné centrum DaR Luže**
Družstevní 366, 538 34 Luže; materskecentrum.estranky.cz
- 15 Rodinné centrum Dětský svět**
B. Martinů 980, 563 01 Lanškroun; www.rclanskroun.cz
- 16 Rodinné Integroční Centrum, o. s. /CPR Mozaika/**
Prodloužená 278, 530 09 Pardubice; www.ric.cz
- 17 Rosa rodinné centrum, z. s.**
Ústecká 160, 560 02 Česká Třebová; www.mcrossa-radce.webnode.cz
- 18 Sluníčko – Centrum pro rodinu, z. s.**
Palackého 2411, 530 02 Pardubice; www.hernaslunicko.cz

11 Doprovázející organizace

Doprovázející organizace, resp. organizace pověřené k uzavírání dohod o výkonu pěstounské péče.

- 1 Amalthea, z. s.**
Městský park 274, Chrudim; www.amalthea.cz; tel.: 773 952 819, 773 512 525
- 2 Bc. Gabriela Mikulecká**
Čs. Partyzánů 26, Chrudim; www.gabrielamikulecka.cz; tel.: 731 135 787
- 3 DaR – Centrum pro dítě a rodinu, o. p. s.**
Bělehradská 513, Pardubice; www.darops.cz; tel.: 466 260 711, 466 414 012
- 4 Děti patří domů, z. s.**
Nám. Míru 108, Svitavy; www.detipatridomu.cz; tel.: 607 445 250, 777 925 872
- 5 Dobrá rodina, o. p. s.**
Reg. pracoviště J. Palacha 324, Pardubice; www.dobrarodina.cz; tel.: 778 473 328
- 6 Farní charita Litomyšl**
Bělidla 392, Litomyšl; www.litomysl.charita.cz; tel.: 739 344 699, 734 367 074
- 7 Charita Přelouč**
Masarykovo nám. 48, Přelouč; www.prelouc.charita.cz; tel.: 731 402 371

- 8 Křídla pro pěstouny, z. s.**
Podlažice 111, Chrast; www.kridlapropestouny.cz; tel.: 723 211 095, 777 170 487
- 9 Charita Moravská Třebová**
Kostelní nám. 24, Moravská Třebová; www.mtrebova.charita.cz; tel.: 739 002 756, 461 310 627, 733 742 083
- 10 Oblastní charita Pardubice**
V Ráji 732, Pardubice; www.pardubice.charita.cz; tel.: 461 100 445, 733 161 620
- 11 Oblastní charita Polička**
Vrchlického 22, Polička; www.policka.charita.cz; tel.: 733 676 736
- 12 Poradna pro rodinu Pardubického kraje**
Mozartova 449, Pardubice; www.poradnapardubice.cz; tel.: 466 263 080, 734 733 893
- 13 PROPE, spolek pro pěstouny**
Nová 101, Choteč; www.prope-pestouni.cz; tel.: 724 667 641
- 14 Vesta Pardubice, z. s.**
Milheimova 611, Pardubice; www.vestazs.webnode.cz; tel.: 732 207 344



Text a zpracování: *Odbor sociálních věcí*
Jazykové korektury: *Tomáš Dvořák*
Grafický návrh a sazba: *Ondřej Panák*
Tisk: *Tiskárna fronte s. r. o.*
Vydal: *Pardubický kraj 2020*