



město pro rodinu

Z obsahu:

- David Řezníček: Děti potřebují oba rodiče
- Jak posílit imunitu aneb co udělat pro své zdraví po zimě
- Když dítě „zlobí“ více než jiné

Jan Voves: Patronství je postaveno na obyčejnosti

Jihočeský regionální ředitel pro makléřský obchod v České pojišťovně, absolvent konzervatoře, hráč na dudy a otec 18 letého syna Jan Voves, se před rokem zapojil do projektu Patron Ligy otevřených mužů. Stal se tak průvodcem a mužským vzorem pro Štefana z dětského domova v Kašperských horách.



Foto: M. Bina

Projekt Patron je jednou z aktivit Ligy otevřených mužů (LOM).

Co je obecně záměrem LOM?

LOM se zabývá práci s muži pod krédem zkvalitnění jejich života. LOM říká: Chlapi, zamyslete se nad sebou, jak žijete a pojdte s tím něco dělat. Ať jste spokojení sami se sebou, se svým okolím, a ať s vámi mohou být spokojeny vaše ženy a ženy obecně.

Muži nemají ve zvyku vypovídat se ze svých problémů u kávy, a proto se jim možná v tomto ohledu věnuje i málo prostoru. Chlapi přece nebrečí a musí všechno zvládnout...

Jak jste se dostal k myšlence pomáhat a konkrétně k projektu Patron?

Zhruba před šesti lety jsem se v rámci nějaké akce potkal s jedním ze zakladatelů LOMu Václavem

Šnebergerem. Jejich práce mne zaujala a občas jsem sledoval i webové stránky. Současně jsem již tehdy byl velmi zaměstnaný, měl hromadu starostí, rodinu a mysl si, že na podobné aktivity nemám čas. Postupně jsem názor změnil a hledal možnost být někde nápomocný. Poslat peníze na nějaké konto mi připadalo jako alibismus – nemám čas, tak si to zaplatím. Objevil jsem projekt Patron a zjistil, že by mohlo jít o to, co bych rád dělal. Pomoc a současně osobní účast. Zkontaktoval jsem LOM a do projektu vstoupil.

V čem projekt spočívá, na čem je založen?

Úkolem projektu je pomáhat klukům, kteří žijí v dětských domovech a jsou ve věku 17 – 21 let, tzn. v období, kdy budou muset dětský domov opustit. Pomocí patronů mají poznat svět mimo dětský domov. Pro realizaci záměru se spojil LOM s organizací Múzy dětem, která má praxi s dlouholetou prací s dětmi v dětských domovech.

Patronem se může stát muž starší třiceti let, aktivní otec nebo jakýkoliv muž, který má za sebou aktivní práci s dětmi. Měl by být v této oblasti neprofesionál.

Pokračování na straně 2.

Průvodce sociálními službami 2015



V elektronické podobě lze brožurku najít i na webových stránkách plánování <http://rpss.c-budejovice.cz>, nebo z webových stránek <http://rodina.c-budejovice.cz>

Jan Voves: Patronství je postaveno na obyčejnosti

Pokračování rozhovoru z titulní strany.

Foto: archiv J. Voves



Kromě patronů se projektu účastní také odborní supervizoři, kteří v případě nějakého problému ve vztahu patron - chráněnců poradí. Celý projekt je postavený na principu jeden patron - jeden kluk. Nejedná se o skupinovou práci, ale o individuální setkávání.

Jakým způsobem vzniká partnerství mezi patronem a jeho chráněncem?

Prvním krokem je individuální rozhovor zájemce o zapojení do projektu. Jde o nastavení možností a limitů, které projekt nabízí. To je dobré oboustranné, i pro supervizoře projektu, kteří se tak mohou se zájemcem seznámit a zjistit, zda nejde o někoho, kdo by se do projektu typově nehodil. Patroni, kteří prošli pohovorem, jsou na víkendovém workshopu seznámeni s prostředím dětských domovů a dětmi, které zde žijí. Na pravou míru se uvádějí také očekávání patronů. Následuje setkání skupiny patronů a skupiny chráněnců - kluků z dětských domovů, kdy stráví víkend v rámci nejrůznějších aktivit. Díky společným zážitkům se zvolna začínou vytvářet budoucí dvojice. Další setkání patrona s chráněncem je již individuální. Jednotlivá setkání, jejich načasování a náplň určuje patron. První setkání by mělo probíhat přímo v dětském domově, aby se patron seznámil s nejbližším okolím chráněnce. Další setkání probíhají cca jednou měsíčně, frekvenci si určuje samotná dvojice.

S chráněncem trávíte volný čas. Pomáháte mu také s věcmi, které musí zvládnout v životě mimo dětský domov?

Účelem setkávání není nahrazovat chráněnci otce, spíše má být jeho starší kamarád. Myslím si, že pro

většinu chlapů hrál v životě nějakou roli starší muž, který neměl vyslovené výchovné poslání. Mohl to být příbuzný – strýc, dědeček nebo starší spolužák, kolega v práci, trenér. V dětském domově mají kluci skupinu mužských vzorů velmi omezenou. Většina mužů je zde profesionálů, jejichž úlohou není být mužským vzorem či kamarádem, ale vstupovat do života dětí rolí vychovatele (vychovatelé, psychologové, sociální pracovníci, policisté apod.). Přesto ani naši ambicí není realizovat jednotlivé činnosti a témata hovorů podle určitého plánu. Úlohou patrona je přirozeně ukazovat, jak se žije. Ukazovat přirozené reakce v interakci mezi lidmi. Manažer projektu Lukáš Talpa to nazývá „umělým vztahem“, který ale prožívá reálné situace. Nesedíme a nevymýšlíme, jak dělat to či ono. Témata a situace se nabízí v průběhu společného trávení času.

Kdo je vaším chráněncem?

Můj chráněncem Štefan je z dětského domova v Kašperských Horách a je mu 18 let. Začali jsme se stýkat v jeho 17 letech. Naším společným zájmem je turistika, mimochodem, pro tu se okolí Kašperských hor přímo nabízí. Jezdili jsme na kole, navštívili sportovní utkání v Plzni... V podstatě jde o běžné věci, které jsem realizoval i se svým synem. Kolegové patroni např. po domluvě zapojují své chráněnce do aktivit spojených s chatařením. Všechno je na dobrovolné vůli něco si zkusit a trávit společný čas. Jde o vztah dvou lidí, na kterém by neměla vzniknout žádná závislost. Dvojice se může kdykoli rozhodnout tento vztah ukončit.

Vaše partnerství se Štefanem trvá již rok a půl. Měl jste před spoluprací s dětským domovem nějaká očekávání? Ovlivnila tato práce s vaším chráněncem také vaše názory?

Rozpětí mých očekávání a oproti tomu vědomostí o prostředí dětského domova a samotném chráněnci bylo obrovské. Měl jsem velmi zkreslené představy o dětech, které zde žijí a spíše jsem je do té doby přičerňoval. Očekáváním bylo vytáhnout děti z jejich situace a někde je posunout, aby z nich tzv. „něco bylo“. Dnes se tomu musím smát, ale na počátku to každý z patronů myslel trochu vážně. To však není cílem projektu ani samotného partnerství. Vztahová rovina i materiální prostředí není v dětském domově v podstatě problém. Rodinné buňky představují

soudržnou komunitu mezi dětmi, mezi vychovateli a dětmi. Přesto je zde po odtržení od vlastní rodiny nebo při její neexistenci určitý vztahový a sociální deficit. Jak jsem již zmínil, úkolem patrona je být přirozeným vzorem, dokonce si myslím, že je nutné shodit z nás jako patronů veškeré ambice, než je zájem chráněnce se s námi potkávat a vstřebávat ať už cílenou nebo nechtěnou radu, názor. Doufám, že bude ochoten se o ní bavit, že se na ni možná někdy vzpomene a bude se podle ní řídit.

Při mé pracovní vytíženosti, v rámci několika hodin, které vždy se svým chráněncem trávím, jsem si uvědomil, že mě to nutí k určitému zpomalení, zklidnění se, k umění naslouchat partnerovi. Další velmi silný moment, který si od nás, je uvědomění si mého vztahu k vlastnímu synovi, ale také k rodičům. Toho, co jsem od nich do života dostal a co mohu předat synovi. Často to bereme jako samozřejmost.

Projekt je o partnerství a vytváření mužského vzoru. Mohou v rámci projektu pomoci i ženy? Jakým způsobem?

Všichni v Patronu si uvědomují, že podobnou potřebu, o mají kluci vyrůstající v dětských domovech, mají i holky, a proto by rádi předali know how k projektu nějaké organizaci, která by projekt realizovala pro podporu mladých žen, vyrůstajících v dětských domovech. K projektu existuje metodika a standardy a toto vše LOM rád předá i dál. Ostatně na LOM se často ženy obracejí s tím, že by se chtěly stát patronkami nějakému děvčeti. Takže poptávka na straně žen je, teď jen najít organizaci, která by tyto ženy - patronky školoila a v jejich patronství podporovala.

V rámci LOMu ženy pracují. S ohledem na charakter projektu nemohou působit v jeho rámci jako patronky, ale vítáme jakoukoli jejich pomoc. Je například výborné, pokud podpoří přímo své muže, aby do projektu vstoupili. Mnohdy si díky tomu i patron sám uvědomí, že by měl také vlastním dětem věnovat více pozornosti. Ženy i muži se dále mohou podílet např. na finanční či materiální podpoře projektu, poskytnutí zázemí pro workshop apod.

Plánuje se rozšíření projektu do jižních Čech?

V jižních Čechách se v minulosti do projektu zapojil dětský domov v Písku a zájem o spolupráci projevili i další. Naším záměrem je zapojovat i ostatní kraje. Rozšíření projektu závisí především na třech faktorech. Určitě je to zájem samotného dětského domova, bez kterého by se šance na úspěch výrazně snížila. Rozhodně nemohou chybět kluci, kteří splňují předpoklady pro vstup do projektu. A stejně tak by projekt nemohl existovat bez samotných chlapů – patronů. Pevně věřím, že se nám podaří i v jižních Čechách propojit a rozpohybovat vše potřebné.

Co byste vzkázal mužům, kteří by se chtěli stát patrony?

V případě, že se rozhodli pomáhat a zaujal je tento projekt, pak mohou přijít, třeba jen pro informace. Nemusí být rozhodnutí stát se patronem. Pokud má chlap z něčeho v rámci projektu obavy, není úkolem supervizora tyto zapašit. Naopak, supervizor uchazeče testuje, zda jeho očekávání či obavy nejsou příliš vyhrcoané a je možné je korigovat pro vznik funkčního vztahu mezi ním a chráněncem. Není naší odpovědností nabrat patrony v rámci celé republiky. Je však naší odpovědností, že když vznikne jakákoli jedna dvojice, bude alespoň nějakou dobu funkční.

V případě zájmu je možné vyplnit jednoduchý formulář na www.ilom.cz, nebo kontaktovat tyto osoby:

- manažer projektu Lukáš Talpa (lukas.talpa@ilom.cz, 603 219 926)
- odborný garant projektu Václav Šneberger (vaclav.sneberger@ilom.cz, 603 847 474)

Redakce

Navštívili jsme... Komunitní centrum dává prostor seniorům

Komunitní centrum Máj spojuje všechny generace. V minulých číslech bulletinu jsme představili např. M Centrum pro mladou rodinu nebo Salesiánské středisko mládeže. Své zázemí zde však našli také senioři.

Klub seniorů, jehož provozovatelem je odbor sociálních věcí, je určen všem seniorům z Českých Budějovic. Do klubu není třeba se nijak hlásit či registrovat, přístupný je všem zájemcům o program, který v klubu od pondělí do pátku nabízí. Programovou náplň zajišťuje kromě odboru sociálních věcí i českobudějovický Svaz důchodců, společnost Ledax, o. p. s. a českobudějovická organizace Svazu diabetiků v ČR.

Mezi aktivity klubu patří např. trénování paměti, posezení při hudbě a zpěvu, ruční práce (např. pleťení), přednášky na aktuální témata (např. ochrana spotřebitele, bezpečnost aj.).

„S návštěvnicemi momentálně pomáháme s pletením ponožek pro nedonošená miminka neonatologického oddělení českobudějovické nemocnice“ doplnila Eva Hejduková ze společnosti Ledax, o.p.s. Velká společenská místnost a také dvě menší – klubovna/herna s počítači a příslušenství jsou vybaveny novým nábytkem.



Návštěvníci si zde mohou uvařit kávu v kuchyňce, pustit televizi, zahrát si společenské hry či si jen tak popovídat. Přístup na internet umožňuje vyhledání informací. Senioři mohou v případě potřeby využít i Poradenské centrum Máj v těsném sousedství. Město pak plánuje další rozšíření nabídky aktivit.

Pravidelný měsíční program je k dispozici ve všech dalších klubech seniorů, na odboru sociálních věcí, v elektronické podobě na webu města ČB v sekci Komunitní centrum Máj a brzy i ve velkých informačních vitrínách přímo na Komunitním centru Máj. Vstup do klubu seniorů je zdarma.

Redakce



Jak posílit imunitu aneb co udělat pro své zdraví po zimě

Imunita neboli obranyschopnost je biologická funkce organismu, která brání tělo před škodlivými vlivy, jako jsou bakterie, viry, mikroorganismy, ale i toxiny a další nežádoucí prvky. Pokud je imunita oslabená, je tělo méně chráněno a lehce podlehne onemocněním různého typu. Rady pro posílení imunity jsou jednoduché a jistě se s nimi ztotožníte.



Foto: ilustrační, www.123rf.com

Cvičte a otužujte se

Pravidelný pohyb je jedna z nejlepších metod, jak posílit imunitní systém a zlepšit svůj celkový zdravotní stav. Každý den si položte otázku, zda jste dostatečně rozproudili oběhový systém. Udělejte si ráno čas na teplou a studenou sprchu, své tělo probudíte rozcvičkou při otevřeném okně. Během dne se alespoň hodinu věnujte aktivnímu pohybu, který máte rádi (chůze, plavání, jízda na kole). Vhodné jsou také různé masáže a sauna.

Nestresujte se

Určitá míra stresu může být prospěšná, protože připraví vaše tělo na přicházející podněty. Pokud je však stresu příliš nebo je dlouhodobý, vaše tělo se vyčerpává a i oslabí se i vaše imunita. Udělejte si proto čas na odpočinek a odreagování. Zhodnoťte si den: podařilo se vám ve vypjatých okamžicích zachovat citovou i psychickou rovnováhu? Smějte se od srdce, relaxujte a najděte si cvičení na odbourání stresu.

Jezte zdravě, v klidu a bez stresu

Jezte ovoce a zeleninu – obsahují antioxidanty – látky, které chrání buňky lidského těla před poškozením kyslíkovými radikály. K získání různých typů antioxidantů jezte ovoce a zeleninu různých barev.

Užívejte vitamíny a minerály – pokud cítíte, že ve vaší stravě něco chybí, dodávejte tělu vitamíny, nejlépe v přírodní formě, event. se poradte v lékárně. Důvěřujte regionálním potravinám, důležitým zdrojem vitamínu C je i obyčejné kysané zelí. Pro imunitní systém jsou důležité hlavně vitamíny A, C, D a E, selen, zinek (dary moře, telecí a jehněčí maso, slunečnicová semena) a hořčík (najdete ho v celozrnném pečivu, ořechách, luštěninách a v čerstvé listové zelenině). Vše lze při pestré a vhodně zvolené stravě přijmout z potravy.

Vynechte prázdné kalorie – cukrovinky, jídla z fast-foodů a sladké nápoje obsahují minimum vitamínů, vlákniny a dalších důležitých živin. Naopak obsahují velké množství chemických přísad, které mohou poškozovat vaše tělo.

Používejte bylinky, koření a event. doplňky stravy

Pro váš imunitní systém jsou prospěšné například česnek, rakytník, ženšen, aloe vera, echinacea, imunoglukany a probiotika. Naše zdraví příznivě ovlivňuje i koření, které je vhodné používat do jídel (anýz, zázvor, muškátový oříšek, hřebíček, skořice).

Nepodceňujte pitný režim

Pití obyčejné kohoutkové vody příznivě napomáhá

našemu organismu. Pokud do pitného režimu zařadíte i zelený čaj nebo bylinné čaje, rozhodně uděláte dobře. Optimální množství vypitých tekutin za den se pohybuje u dospělého člověka mezi 2–3 litry.

Spěte dostatečně

Pokud spíte málo, vaše tělo nemá dost času bojovat proti nežádoucím vlivům. Usínejte pokud možno ve stejný čas, spěte alespoň 7 hodin denně, není vhodné jíst těžce stravitelná jídla před spánkem. Zásahu na zdravém spánku má i vyvětraná ložnice, správná matrace a večerní procházka.

Omezte alkohol

Nadmíra alkoholu váš imunitní systém oslabí a vy budete častěji nemocní. Muži by měli vypít maximálně dvě piva nebo dvě sklenky vína denně, u žen je maximum jedno pivo nebo jedna sklenka vína.

Přestaňte kouřit

Kouření oslabuje váš imunitní systém. I pokud kouříte jen občas, váš imunitní systém vám to dá najevo.

Omezte přemíru dráždivých podnětů

Dejte přednost tichu před záplavou hudby, postarejte se alespoň zčásti o snížení přebytkového hluku, popřípadě o ztlumení příliš ostrého světla. Sledujte v televizi skutečně jen to, co vás zajímá.

Myjte si ruce

Hygiena je nejjednodušší obrana proti infekčním nemocem. K mytí rukou používejte mýdlo a ruce si myjte pod čistou tekoucí vodou alespoň 20 vteřin.

Chceme-li účinně posilovat imunitní systém a předcházet rýmě, nachlazení a jiným obtížím spojeným s chladným a nepříznivým počasím, musíme především dodržovat zásady zdravého způsobu života. Pokud se nebudeme zvyšování obranyschopnosti věnovat komplexně, žádné rady pro nás nebudou dost dobré a často budeme čelit nepříjemným chorobám.

Marie Ticháková,
Poradna podpory zdraví, redakčně upraveno.

Stalo se... Sbírka hraček 2014

Již podruhé byly v týdnu před Vánoci distribuovány nepotřebné hračky neziskovým organizacím prostřednictvím odboru sociálních věcí v Českých Budějovicích.



Foto: ilustrační, www.123rf.com

Do sbírky organizované Hospodářskými juniory Jihočeského kraje, probíhající na několika sběrných místech, se zapojili např. také zaměstnanci firem VISCOFAN CZ s.r.o. a Robert Bosch GmbH. Z letošní sbírky pak hračky putovaly do Azylového domu pro matky s dětmi Filia, Občanského sdružení Prevent, Koničku, o. p. s., Střediska výchovné péče, Salesiánského střediska mládeže – DDM a oddělení sociálně právní ochrany českobudějovického magistrátu.

Kromě hraček, které udělaly dětem radost právě o Vánocích, si zástupci poskytovatelů sociálních služeb odnesli nejručnější hry a knížky, které v organizacích budou k dispozici dětským návštěvníkům v době, kdy si jejich rodiče potřebují vyřídit pomoc nebo jako součást volnočasových aktivit.

Redakce

Když je učení pro školáka mučení

Vstup do školy bývá pro dítě důležitou životní událostí, která je celou jeho rodinou prožívána s velkým očekáváním i přesvědčením, že vše bude postupovat co nejlépe a dítěti se bude dařit. Co však dělat ve chvíli, kdy se objeví s učením nějaké potíže?



Foto: ilustrační, www.123rf.com

Prvním odborníkem, se kterým by rodiče měli navázat spolupráci, je učitel. Ten dítě zná, může provést pedagogický rozbor situace a s rodiči naplánavat postup, kterým společně dítě podpoří (například pravidelné schůzky, postupné domácí provádění učitelem zadaných úloh, úprava postupů využívaných při vyučování apod.). Pokud ve vymezeném čase nedojde k očekávanému zlepšení, je vhodné přistoupit k dalšímu kroku, kterým je spolupráce se školním psychologem či školním speciálním pedagogem (pokud tyto odborníky škola má), popřípadě s pedagogicko-psychologickou poradnou. Zde je možné podrobným vyšetřením posoudit příčiny výukových obtíží, navrhnout postup k jejich zmírnění a realizovat speciálně pedagogickou, popřípadě psychologickou podporu.

Nejčastější příčiny obtíží

Psychická nezralost dítě v době nástupu do školy, která se může projevit obtížemi v přizpůsobení se školnímu režimu a v přijetí role žáka, nadměrnou unavitelností, obtížemi s udržením pozornosti, nesamostatností, celkově nízkou úrovní průčeschnosti.

Nerovnoměrný či celkově se opoždující psychický vývoj dítěte. Pozorujeme nápadné rozpory ve školních výkonech, celkově pomalejší rozvoj většiny školních dovedností, obtíže s pamětí, s pochopením učební látky.

Nevhodná podpora rozvoje dítěte v rodině (nevhodná výchova, nedostatek podnětů...), **popřípadě ve škole** (zvolená metodika výuky). Dítě může v kontaktu s vrstevníky či dospělými používat způsoby chování, které jsou okolím odmítané, může se u něho projevovat nízká motivace k učení a negativní vztah ke škole, popřípadě celkově nízká úroveň průčeschnosti.

Výukové těžkosti mohou souviset i s použitou metodou výuky (například genetická metoda výuky čtení u dítěte s výrazným oslabením v oblasti vnímání může vést k potížím při rozvoji čtenářské dovednosti).

Specifické poruchy učení

Dyslexie – může postihovat rychlost čtení (dítě má potíže se spojením hlásek do slabik, slabik do slov, čte dvojité, se zárazy), správnost čtení (chyby se nejčastěji týkají záměny písmen, domýšlení koncovek, nerespektování délek a měkkosti...), porozumění čtenému textu

Dysortografie – porucha pravopisu projevující se specifickými dysortografickými chybami (vynechání či záměny písmen, vynechávání znamének, nerozlišování hranice slov...). Negativně bývá ovlivněn i proces uplatňování gramatických pravidel.

Dysgrafie – porucha psaní postihující úpravu a čitelnost písemného projevu, osvojování si jednotlivých tvarů písmen, jejich umístění na řádku, sklon, velikost.

Dyskalkulie – postihuje matematické představy, operace s čísly, prostorové představy při práci s čísly i při geometrii.

Je nutné si uvědomit, že ne každé pomalé čtení je dyslexie, ne vždy je možné obtíže v pravopise vysvětlit dysortografií, obtíže v matematice dyskalkulií. Vždy je nutné brát do úvahy individuální tempo dozrávání, úroveň a strukturu rozumových schopností a další okolnosti, mající na rozvoj školních dovedností vliv.

Hyperkinetický syndrom s poruchou pozornosti (ADHD)

Mezi nejčastější projevy patří zvýšený pohybový neklid, poruchy soustředění, emoční nestabilita, celkově nízká úroveň průčeschnosti a sebekontroly, nerovnoměrný rozvoj vnímání, motoriky, myšlení.

V případě potřeby můžete zažádat o pomoc v pedagogicko-psychologické poradně prostřednictvím formuláře Žádost o poradenskou službu, který spolu s dalšími informacemi naleznete na www.pppcb.cz.

PhDr. Hana Plucarová, psychologka, vedoucí pracoviště České Budějovice, redakčně upraveno.

David Řezníček: Děti potřebují oba rodiče

Obchodní právo, korporátní agendu a závazkové právní vztahy střídá s pomocí rodičům, kteří se na něj obrací při organizaci péče o své děti např. po rozvodu. David Řezníček se zapojil do projektu portálu stridavka.cz a jeho kancelář je jedinou právní poradnou projektu v jižních Čechách.



Foto: archiv D. Řezníček

Jedná se o projekt, který založil Aleš Hodina v souvislosti se snahou o zajištění rovnoprávného přístupu obou rodičů k dítěti.

Ano, pojetí střídavé péče nepreferuje jednoho z rodičů na úkor druhého. Cílem projektu a střídavé péče jako takové je prosazování rovnoměrné a vyvážené péče obou rodičů o dítě pod heslem - dítě potřebuje mámu i tátu. Nikoli tedy často pouze mámu a druhého rodiče, který má pouze právo omezeného styku.

Vaše praxe je zaměřena směrem k obchodu. Jakým způsobem jste se dostal k první problematice rodinného práva?

Problematika mně začala osobně zajímat, když se na mne obrátil známý s žádostí o radu ... Zjistil jsem, že mohu být nápomocný lidem, kteří po rozvodu či rozchodu neztrácejí zájem o vlastní děti a chtějí se pokud možno plnohodnotně podílet na jejich výchově a budoucnosti. Současně jsem zjistil, jak výjimečně soudy tento vyrovnaný režim nařizují a jak absurdní bývá argumentace pro omezení péče jednomu z rodičů. Projekt „střídavka“ mne oslovil poté, co jsem v této oblasti začal být aktivní a vydal několik článků na toto téma. Nabídku jsem rád přijal a zapojil jsem se do sítě právních poraden, které jsou rozmístěny po celé republice.

Jakým způsobem jsou regionální poradny organizovány, co v rámci pomoci nabízejí?

Na webových stránkách projektu jsou uvedeny kontakty na jednotlivé poradny, včetně kalendáře s volnými termíny. Zájemci se tak mohou jednoduchým způsobem objednat a v rámci vybraného termínu se na nás obrátit. Během prvního kontaktu společně zmapujeme výchozí situaci, představy a cíle, které klienti v souvislosti s definováním společné péče o dítě mají, a navrhneme možnosti řešení.

Možná je zde vhodné zmínit, že za tento první kontakt nic neplatí...

Je to tak. V rámci první konzultace je právní pomoc pro klienty v omezeném rozsahu zdarma. Jedná se o převzetí případu a jeho nasměrování k možnostem řešení. Následně je na zvážení klienta, zda naši pomoc dále využije. Často pomáháme rodičům, kteří oboje několik poraden a nakonec nás požádali o pomoc.

Jaké podněty a problémy s rodiči řešíte, týkají se pouze tématu další péče o dítě? Můžete charakterizovat typické klienty?

Obracejí se na nás rodiče, kteří se z různých důvodů nejsou schopni na organizaci péče a styku s dítětem domluvit. Neshodnou se v představách, často jde o extrémní situace, kdy se jeden z rodičů proti vůli druhého např. odstěhuje na větší vzdálenost a pak řešíme možnost zachování styku s oběma rodiči. V takovém případě nastupuje celá řada problémů – např. dvě školy s různými studijními metodami, které pak řeší soudy.

Naši pomoc vyhledávají ti z rodičů, kteří dlouhodobě vyjadřují zájem o své dítě a péči o něj a chtějí budoucí styk s ním upravit formou střídavé péče.

„Nepomáháme klientovi natruc druhému rodiči.“

Mnoho žádostí o úpravu střídavé péče je podána z důvodů vyhnutí se placení výživného. Mezi našimi klienty rodiče s takovou motivací nenajdeme. Samotný soudní spor je složitý a časově náročný a motivace, která je jiná než péče o dítě, se často

projeví anebo zanikne. Mohu říci, že jsme zatím pomohli rodičům, kteří to myslí vážně.

Můžete zmínit nejčastější právní překážky střídavé péče? Existují vůbec nějaké? Nebo vyřešení situace závisí jen na vůli rodičů?

Existuje určitý mýtus, že se rodiče musí dohodnout. Ústavní soud se k tomu opakovaně vyjádřil ve smyslu, že nedohoda rodičů nebrání střídavé péči, musí se však pečlivě zvážet argumenty rodičů. Pokud jsou argumenty způsobitelné narušit přirozené právo dítěte a zasáhnout do jeho zájmů, potom střídavá péče možná není. Takových argumentů je velmi málo. Muselo by se jednat například o lékařské důvody, pro které by dítě mohlo být ohroženo při trávení času s druhým rodičem. Takže z právního hlediska je těch důvodů velmi málo, spíše bojujeme se zažitým pohledem soudů na tuto problematiku.

Dříve se v rozhodovací praxi odráželo přesvědčení, že dítě má být u matky a otec se má na výchově podílet víceméně finančně...

... a byl umožněn jednomu z rodičů - většinou otci, styk s dítětem dva víkendy v měsíci. Jedná se o stigma, které v rozhodovací praxi soudů stále přetrvává.

Konstantní postoj ústavního soudu v posledních pěti letech tento trend pomalu mění a mohu připomenout jeho průlomové judikáty z minulého roku, ve kterých spatřuji posun ve výsledku na podílu střídavé péče v našich podmínkách.

Jak se mohou rodiče na střídavé péči dohodnout?

Dohodu týkající se péče, výživy a výchovy nezletilého dítěte mohou rodiče uzavřít v rámci tzv. nesporného rozvodu, ale je to možné i kdykoliv po rozvodu. Soud vždy při svém rozhodování preferuje dohodu rodičů. Pokud ti se dohodnou, pak soud a orgány sociálně právní ochrany dětí nekladou zpravidla střídavé péči překážky. Problémy nastávají při nemožnosti dohody rodičů, ale již jsem zmínil pozitivní posun od rozhodnutí ústavního soudu v loňském roce. Ústavní soud dokonce vyjádřil názor, že střídavá péče zlepšuje komunikaci mezi rodiči, neboť oba rodiče musí na každodenní bázi

řešit běžné problémy svého potomka a střídavá péče je tak ve svém důsledku motivačním prvkem mezi rodiči.

V souvislosti s motivační rodičů jste hovořil o trpělivosti. Jak dlouho trvá úprava péče o dítě v rámci soudního řízení?

Délka řízení se podle mého názoru zkracuje. V minulosti do řízení vstupovaly psychologické posudky obou rodičů a dítěte v délce šesti až dvanácti měsíců. V současnosti se zpravidla předpokládá způsobilost obou rodičů a posudek je vyžadován pouze v případech závažného důvodu, jako je podezření na týrání dítěte nebo manipulaci s ním ze strany rodičů.

Argumentem proti střídavé péči bývá fakt, že má dítě dva domovy, dvě postýlky, dvě školy, stěhuje se...
Zastávám názor, že žádné tyto věci nevyváží hodnotu druhého rodiče, pokud ten má o své dítě zájem. Na vrcholu zájmu dítěte stojí oba rodiče, jejich péči ostatní věci nenahradí. Střídavá péče v tomto smyslu podporuje osobní péči o dítě namísto krátkého styku.

Co byste poradil rodičům, kteří uvažují při další výchově dítěte po rozvodu o střídavé péči?

Střídavá péče je model, který i když komunikace mezi rodiči vážne, tuto komunikaci zlepšuje. Rodiče jsou přirozeně nuceni se spolu bavit. Výhodou je rovnoprávné postavení, kdy ani jeden z rodičů nemůže sám rozhodovat o zájmech dítěte, musí se oba minimálně domluvit a uznají, že to samotnou komunikaci zlepšuje. Pokud se výkon střídavé péče nastaví dobře a rodiče do sporu nezatahují samotné dítě, pak vidím přínos i pro samotné dítě, které druhého rodiče rozvodem neztrácí.

Redakce

Když dítě „zlobí“ více než jiné

Máte pocit, že vaše dítě zlobí více než je zdravé anebo vás na to upozorňují kamarádky, sousedé nebo učitelky ve škole? Co si vlastně pod takovým „zlobením“ představit a jak je možné ho řešit?

Vyrušování při hodině, hádky či rvačky se spolužáky, nerespektování učitele, objevit se může i záškoláctví, časté zapomínání domácích úkolů, zhoršení prospěchu, celková nechuť ke škole. V domácím prostředí můžete mít problém s tím, že vaše dítě nedodržuje včasné příchody, začalo se toulat s nevhodnými kamarády, nechá se ovlivnit a strhnout partou či se nechce připravovat na vyučování, jeho chování k vám je drzé, odmítá si plnit povinnosti, které odpovídají jeho věku, zříká se pomoci v domácnosti. Někdy se vám může zdát, že se vaše dítě uzavírá do sebe, nemá žádné kamarády, neumí navazovat vztahy s vrstevníky, nemá žádný smysluplný zájem, tráví např. většinu volného času na počítači, ve svém „virtuálním světě“ atd.

Každého dítěte se zřejmě některý z těchto problémů v průběhu života týká, každé dítě je jiné, každý věk má svoje specifika a není nutné se vždy znepokojovat. Pokud se však taková potíže vleče již delší dobu, stupňuje se, nabalují se další a nelze to zvládnout běžnými výchovnými prostředky, rodiče jsou na to tzv. „krátkí“, pak už je vhodné obrátit se na odborníka.

První pomoc hledejte ve škole

Nejrychlejší a nejjednodušší cestou pro rodiče je požádat o radu výchovného poradce či metodika prevence příslušné školy, kterou jejich dítě navštěvuje. Na některých základních školách již v současné době funguje i speciální pedagog nebo psycholog. Informace o tom, na koho se nejlépe obrátit, vám jistě ochotně sdělí třídní učitel vašeho dítěte či vedení školy. Příslušný odborník pak již sám dokáže posoudit, zda vaše dítě jen „běžně zlobí“ nebo je zapotřebí nějaká speciální intenzivnější péče.



Někdy stačí řešit problém jen na půdě školy, pravidelnými konzultacemi rodičů, dítěte a konkrétního pracovníka školy.



Někdy pomůže speciální péče

Může se však stát, že se problém týká spíše rodinného prostředí, vztahů v rodině, např. i nějaké obtížné životní situace (např. rozvod rodičů, nový partner, ztráta blízké osoby apod.). V takovém případě by bylo dobré navštívit některé z poradenských zařízení, které se takovými situacemi zabývají. Jedná se o využití odborné péče, probíhající v konkrétním poradenském zařízení, která by měla být dlouhodobější (jedna návštěva většinou problém neřeší) a zároveň komplexní, tzn., pracuje se nejen s dítětem, ale i s rodiči, případně jinými příbuznými, kteří zasahují do výchovy. Taková péče pak zahrnuje speciální pedagogické, pokud je potřeba, tak i psychologické, vyšetření. Rodiče samozřejmě dostanou doporučení, jak s dítětem pracovat, pokud mají zájem, může se odborný pracovník spojit např. s třídním učitelem a společně zkonzultovat, jakým způsobem dítěti s jeho problémem pomoci.

Jedním z takových poradenských zařízení je Středisko výchovné péče v Českých Budějovicích, které poskytuje ambulantní i internátní pomoc.

**Kontakt: Středisko výchovné péče,
Dukelská 23A, České Budějovice, 370 01;
tel.: ambulance 386 355 888; internát 386 354 581,
mobil: 724 569 351; e-mail: svpcbu@quick.cz**

Kateřina Lippmannová,
Středisko výchovné péče, redakčně upraveno.

„Otázka pro...“ Martina Maršíka, náměstka primátora pro sociální oblast, školství a zdravotnictví

Dlouhodobým problémem v Českých Budějovicích je poptávka rodičů po možnostech předškolní výchovy. Je možné v průběhu následujících let v této oblasti účinně reagovat?

Pro každého předškoláka je určité vhodné, pokud před nástupem do první třídy alespoň jeden rok navštěvuje mateřskou školu a postupně si zvyká na pravidelný režim a kolektiv stejně starých dětí. Pro všechny tyto děti, pokud rodiče o umístění v mateřské škole požádají, místo je. Poptávka po umístění mladších dětí byla v posledních letech velmi vysoká. Město již reagovalo navýšováním kapacit a v současné době můžeme umístit ve školních zřizovaných městech 3 116 dětí. Další místa vytvářejí i soukromé mateřské školy či dětské skupiny. Pro rodiče je samozřejmě umístění dítěte do soukromého zařízení finančně náročnější, proto město pomáhá těmto rodičům měsíčním příspěvkem 1000 Kč na dítě. Další podporou od města je pravidelné vypisování dotačního titulu pro soukromé mateřské školy ve výši 1 mil. Kč ročně. Přesto si ale myslím, že potřeba dalšího navýšování kapacit mateřských škol trvá.

Veřejnost vede diskusi o způsobu výuky přírodovědných a technických předmětů, může v tomto smyslu město jako zřizovatel základních škol pomoci?

Zkvalitňování výuky samozřejmě podporujeme, a proto jsou pravidelně uvolňovány finanční prostředky na rekonstrukce a vybavení odborných učeben. Další možnosti je čerpání dotačních titulů. V loňském roce byly úspěšné v žádostech o podporu z Evropské unie hned tři českobudějovické základní školy. Na ZŠ Bezdrevská se z peněz tohoto programu vybaví dílny, na ZŠ L. Kubě vznikne moderní učebna chemie a přírodopisu a na ZŠ Dukelské se žáci mohou těšit na novou interaktivní učebnu. Město se snaží co nejvíce podporovat základní školy. Já osobně jsem rád, že školy si umí pomoci i samy.

Úlohou školy je kromě vzdělávání také výchova. Je tu také otázka trávení volného času dětí po vyučování... Vidíte v tomto ohledu nějaké možnosti např. v programu a službách školních družin?

Máte pravdu, úlohou školy je nejen vzdělávání, ale i výchova. Vaše otázka směřuje k mimoškolní výchově, k zájmovým kroužkům a školním družinám. Některé školy zajišťují kroužky samy, jiné spolupracují

s dalším subjektem, kterému poskytují školní prostory. Důležité je přiblížit tyto kroužky žákovi, odpadají tak např. logistické problémy rodičů. Věřte mi, že jako otec čtyř dětí vím, o čem mluvím. Školní družiny jsou mezi rodiči velmi populární, rádi je využívají, ale kapacita těchto zařízení stačí pouze pro nejnižší ročníky. Výhodou většiny škol je, že disponují vhodnými venkovními prostory, kde často probíhá odpolední činnost školní družiny.

Nabízí se souvislost např. se zpřístupněním venkovních školních areálů veřejnosti...

Jak jistě víte, loni probíhal pilotní projekt se zpřístupněním sportovního areálu na ZŠ Máj I. Na tento projekt město přispívalo částkou přesahující deset tisíc měsíčně a těchto peněz nelitujeme. Hříště bylo dětmi a mládeží hojně využíváno, nezaznamenali jsme žádné úrazy ani poškození majetku školy. Experiment byl úspěšný a letos proto budeme otevírat další sportovní areál na ZŠ Bezdrevská a v jednání jsou i další školy.

Organizace a financování sociálních služeb se ubírá směrem k vytvoření páteřní sítě poskytovatelů. Myslíte si, že jde o krok správným směrem? Jednoznačně. Organizacím, které poskytující zásadní sociální služby, dá páteřní síť z pohledu jejich dlouhodobé existence jistotu. Znamená to, že budou moci plánovat svoji činnost na období delší než je jeden rok. V současné době mají tyto poskytovatelé jisté finanční prostředky pouze v rámci jednoročních finančních grantů. Jejich vypisování však plánujeme na časové období tři až pět let, což umožní poskytovatelům sociálních služeb dlouhodobější plánování rozvoje. Podobným způsobem fungují i dotace, které vypisuje např. Ministerstvo práce a sociálních věcí pro Evropskou unii. Tvorba páteřní sítě nebude však jednoduchým úkolem. Výběr organizací, které v dlouhodobých grantových titulech uspějí, provede sociální komise, která je zřízena jako poradní orgán rady města. Konečné slovo však budou mít radní.



Náš časopis je tematicky zaměřen na rodiny. Chystáte aktivity také v oblasti rodinné politiky?

Rodiny tvoří nejen základ státu, ale i našeho města a já bych byl rád, kdyby se jim v Českých Budějovicích dobře žilo. Město se snaží podporovat činnost místních mateřských a rodinných center, které jsou např. v Komunitním centru Máj nebo v Domě umění. Účelem těchto center je sdružovat maminky na mateřské dovolené a tím zabraňovat jejich sociálnímu vyloučení. Centra připravují aktivity pro celé rodiny. Rodiče tříletých dětí se často potýkají s nedostatkem míst v mateřských školách. V současné době se nám podařilo otevřít novou pobočku mateřské školy ZŠ a MŠ Nerudova na Rudolfově ul. pro 15 dětí ve věku od 3 do 6 let. Vyjmenovat všechny aktivity města určené rodinám, by vydalo na samostatný článek. Lepší bude, pokud se podíváte na web Rodina (<http://rodina.c-budejovice.cz>), provozovaný magistrátem města, kde jsou popsány akce pořádané pro rodiny v Českých Budějovicích. Zároveň je zde i seznam všech organizací, které rodinám poskytují služby.

Redakce.

Vydal: Odbor sociálních věcí magistrátu města České Budějovice
Redakční zpracování: **Miroslav Bína**, Grafické zpracování: **Zuzana Prokopová**
Tisk: **Impress, a.s.**
Vaše případné dotazy, připomínky a náměty můžete zaslat na e-mail: rodina@c-budejovice.cz
Bulletin je zdarma.

