

# JAK SI PORADIT V ŽIVOTNÍCH SITUACÍCH

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

2. revidované vydání



Spolufinancováno  
Evropskou unií



Pardubický kraj

ISBN: 978-80-87769-19-5 (brožováno)  
ISBN: 978-80-87769-20-1 (online; pdf)

# Úvodní slovo

Vážený a milý spoluobčané,

občas všichni přemýšlíme, na čem v životě nejvíc záleží, co nám umožní spokojený život. Jistě je to smysluplná práce, rodina, dobré mezilidské a partnerské vztahy, finanční zázemí a další věci. Žebříček hodnot se většinou mění, pokud přijde nemoc, setkáte se s násilím nebo trestnou činností, nebo začnete pečovat o blízkou osobu. Naši odborníci vybrali 20 nejčastějších životních situací, ve kterých lidé potřebují poradit a zorientovat se. Nebojte se říct si o pomoc. Zvláště starší generace byla vychována tak, že nechce nikoho obtěžovat. Ale naše zdravotní a sociální služby jsou od toho, aby vám podaly pomocnou ruku. Věřím, že v této brožuře naleznete nápovědu, kde hledat pomoc, když ji budete potřebovat.

Přeji vám především pevné zdraví.

**JUDr. Martin Netolický, Ph.D.**

hejtman Pardubického kraje



Moji milí spoluobčané,

zdravotnictví nás provází životem od našeho narození až po ukončení života. V průběhu let se setkáváme s mnoha situacemi, které se týkají zdraví nejen nás samotných, ale i našich blízkých a známých. Proto je vždy dobré mít všeobecný přehled o tom, co všechno nám může pomoci. V této brožuře najdete nejen základní rady, jak se zachovat a kam se obrátit, ale také podrobný adresář nejpotřebnějších zdravotnických a sociálních služeb. Nechybí ani pohotovosti, paliativní péče nebo kontakty na další pomáhající a spolupracující organizace v různých životních situacích. Přeji vám, abyste tuto knihu potřebovali co nejméně, ale pokud k tomu již dojde, aby vám byla vždy přínosem.

S úctou

**Ing. Michaela Matoušková, MPA, MHA**

náměstkyně hejtmána zodpovědná za zdravotnictví



Milí občané Pardubického kraje,

díky kontaktu s poskytovateli sociálních služeb a neziskovými organizacemi v našem kraji, které v této oblasti velmi dobře působí, získáváme aktuální informace a přehled o situacích, které přinášejí nesnáze do běžného života. V našem kraji máme široké spektrum sociálních a zdravotních služeb, a tak se pomoci může dostat každému. Ovšem ne všichni vědí, na koho se obrátit a na co mají nárok.

Další vydání brožury „Jak si poradit v životních situacích“ jsme doplnili o to, co je v dnešní době aktuální a s čím se mohou někteří setkat. Nově jsou zařazeny informace například pro rodiče o sebepoškozování dětí, o kyberšikaně a dalších úskalích současnosti. S různými nesnázemi se může setkat každý z nás, proto je důležité vědět kde hledat pomoc, a že řada situací má řešení. Ať je vám tato brožura dobrým pomocníkem v pravou chvíli.

Přeji vám vše dobré.

**Ing. Pavel Šotola**

radní Pardubického kraje pro sociální péči a neziskový sektor



# Obsah

## I Životní situace a vybraná témata

1	Narození dítěte.....	10
2	Narození dítěte se zdravotním postižením .....	12
3	Podpora rodiny, když si neví rady s výchovou dětí .....	18
4	Náhradní péče .....	24
5	Nedostatečné příjmy, dluhová situace .....	27
6	Problémy s bydlením.....	28
7	Domácí násilí.....	31
8	Nebezpečné pronásledování (stalking) .....	35
9	Trestná činnost.....	37
10	Propuštění z výkonu trestu .....	41
11	Závislosti .....	42
12	Sebepoškozování .....	44
13	Nezaměstnanost a pracovní právní problémy .....	46
14	Nemoc v průběhu života a zdravotní péče .....	49
15	Duševní onemocnění .....	59
16	Omezení svéprávnosti .....	65
17	Invalidita .....	71
18	Péče o osobu blízkou .....	76
19	Péče o umírajícího .....	86
20	Jsem cizincem a žiji v ČR.....	92

## II Dávky a příspěvky

1	Dávky státní sociální podpory .....	98
2	Dávky pomoci v hmotné nouzi.....	101
3	Životní a existenční minimum.....	103
4	Příspěvek na péči .....	104
5	Dávky pro osoby se zdravotním postižením .....	106
6	Náhradní výživné.....	109
7	Dávky pěstounské péče .....	110
8	Dávky nemocenského pojištění .....	112
9	Dávky důchodového pojištění.....	119
10	Dávky v nezaměstnanosti .....	124

## III Užitečné kontakty a informace

1	Když nevíte kudy kam.....	128
2	Poradenské služby.....	133
3	Sociální služby v Pardubickém kraji .....	144
4	Zdravotní služby v Pardubickém kraji .....	181
5	Úřad práce.....	192
6	Česká správa sociálního zabezpečení.....	193
7	Probační a mediační služba .....	194
8	Nadace .....	194
9	Okresní soudy v Pardubickém kraji.....	195
10	Mateřská a rodinná centra .....	196
11	Doprovázející organizace .....	198

# Životní situace a vybraná témata

1	Narození dítěte.....	10
2	Narození dítěte se zdravotním postižením .....	12
3	Podpora rodiny, když si neví rady s výchovou dětí .....	18
4	Náhradní péče .....	24
5	Nedostatečné příjmy, dluhová situace .....	27
6	Problémy s bydlením.....	28
7	Domácí násilí.....	31
8	Nebezpečné pronásledování (stalking) .....	35
9	Trestná činnost.....	37
10	Propuštění z výkonu trestu .....	41
11	Závislosti.....	42
12	Sebepoškozování .....	44
13	Nezaměstnanost a pracovníprávní problémy .....	46
14	Nemoc v průběhu života a zdravotní péče.....	49
15	Duševní onemocnění.....	59
16	Omezení svéprávnosti .....	65
17	Invalidita .....	71
18	Péče o osobu blízkou .....	76
19	Péče o umírajícího .....	86
20	Jsem cizincem a žiji v ČR.....	92

# 1 Narození dítěte

Narození dítěte představuje významnou životní událost, na kterou se rodiče 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 *8 Dávky nemocenského pojištění*, str. 112).

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.

Zákonný zástupce je povinen do osmi dnů ode dne narození přihlásit narozené dítě **u zdravotní pojišťovny**, u které je v době porodu pojištěna matka dítěte. Dítě se tak stává pojistěncem zdravotní pojišťovny, u které

## 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 a informace – 10 Mateřská a rodinná centra*, str. 196).

byla pojištěna matka v době porodu (zákon č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění a o změně a doplnění některých souvisejících zákonů, § 10 odst. 6).

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 vyhláše obce, v místě, kde je dítě přihlášené k pobytu nebo přímo konzultací s obcí.

## ► Narození vícero dětí

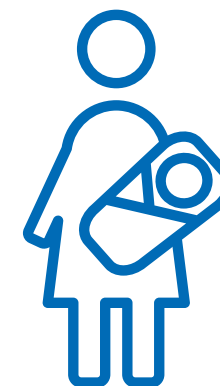
Narození vícero dětí je mnohonásobná radost i starost najednou. Rodiny s vícero dětmi mohou v případě potřeby využít pomoc terénní **pečovatelské služby** či ambulantní služby.

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 pečovatelskou službu zdarma, a to až do 4 let dítěte.**

## Volnočasové aktivity

Kromě sociálně aktivizačních služeb 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 spolcích ve vaší obci.



# 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. V České republice existuje systém povinných preventivních prohlídek, které provádí praktický lékař pro děti a dorost (pediatr). Díky prohlídkám se zvyšuje v mnoha případech šance odhalit zdravotní postižení včas.

Pediatra je vhodné dojednat už před narozením dítěte. K jeho první návštěvě by mělo dojít během prvních 3 dní od propuštění z porodnice, ideálně v domácím prostředí. Pediatr může při zjištění odchylek ve vývoji odeslat dítě na další specializovaná vyšetření.

Odchylek ve vývoji si ale nejčastěji mohou všimnout sami rodiče. V případě pochybností o zdraví dítěte neváhejte a dětského lékaře navštivte či kontaktujte co nejdříve.

Rodinám mohou pomoci také odborníci ze **sociálních** služeb (zejména raná péče, poradny pro osoby se zdravotním postižením, viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby**, str. 133 a **3 Sociální služby v Pardubickém kraji**, str. 144), kteří je nasměrují na potřebné služby případně

**dávky** (viz kapitola **II Dávky a příspěvky**, str 96).

## ► 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 a informace – 2 Poradenské služby**, str. 133). V těchto zařízeních jsou zjišťovány speciální vzdělávací potřeby žáků. Školy běžného

Tabulka povinných preventivních prohlídek u pediatra

Věk	Obsah vyšetření
14 dní	Kontrola zdravotního stavu dítěte, předepsání <b>vitamínu D</b> pro správný růst kostí.
6. týden	Kontrola zdravého vývoje dítěte, <b>vyšetření zraku a sluchu</b> , ortopedický screening kyčlí.
9. týden	Kontrola zdravého vývoje dítěte, první dávka (hexavakcíny) povinného <b>očkování proti záškrtu, tetanu, dávivému/černému kašli, hemofilovým nákazám, dětské obrně a virové hepatitidě (žloutence) typu B</b> .
3. měsíc	Kontrola celkového zdravotního stavu dítěte podrobným klinickým vyšetřením zaměřeným především na psychomotorický vývoj, orientační vyšetření zraku a sluchu, očkování.
6. měsíc	Kontrola zdravého vývoje dítěte, očkování.
8. měsíc	Kontrola zdravého vývoje dítěte.
10. měsíc	Kontrola zdravého vývoje dítěte.
1 rok	Posouzení růstu a vývoje dítěte, zjišťuje se velikost fontanely, zhodnocení vývoje mléčného chrupu, posouzení psychické a motorické dovednosti, <b>poslední přeočkování hexavakcínou</b> (poslední, čtvrtá dávka).
18. měsíc	Kontrola zdravého vývoje dítěte, rozvoj řeči a sociální chování dítěte uzavření fontanely, <b>včasná diagnostika poruch autistického spektra</b> . <b>Mezi 13. a 18. měsícem se provádí povinné základní očkování proti zarděnkám, spalničkám a příušnicím.</b>
3 roky	Kontrola správného vývoje a růstu dítěte, správnost smyslových funkcí (kontrola sluchu, zraku a řeči), psychosociální aspekty vývoje dítěte.
5 let	<b>Posouzení školní zralosti</b> , v případě potřeby konzultace s dalšími odborníky, <b>přeočkování</b> proti černému kašli a tetanu, screening sluchu ( <b>tónová audiometrie</b> ).
7 let	Kontrola správného vývoje a růstu dítěte, správnost smyslových funkcí (kontrola sluchu, zraku a řeči), psychosociální aspekty vývoje dítěte.
9 let	Kontrola správného vývoje a růstu dítěte, správnost smyslových funkcí (kontrola sluchu, zraku a řeči), psychosociální aspekty vývoje dítěte.
11 let	Kontrola správného vývoje a růstu dítěte, správnost smyslových funkcí (kontrola sluchu, zraku a řeči), psychosociální aspekty vývoje dítěte, <b>přeočkování proti záškrtu, černému kašli, tetanu a dětské obrně</b> .
13 let	Kontrola správného vývoje a růstu dítěte, správnost smyslových funkcí (kontrola sluchu, zraku a řeči), psychosociální aspekty vývoje dítěte, vyšetření barvocitu, vyšetření cholesterolu (v případě rodinné anamnézy).



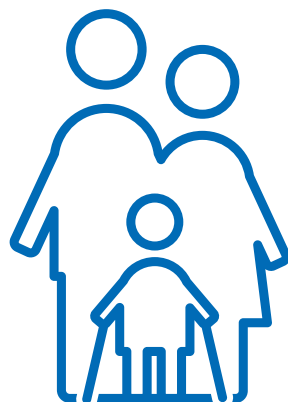
typu či speciální následně úzce spolupracují se školskými poradenskými zařízeními na vytváření vhodných podmínek, průběhu a výsledku vzdělávání těchto žáků. **Důležitým faktorem ovlivňujícím vzdělávání dětí se zdravotním postižením je druh a stupeň postižení žáka.**

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.



## Screening poruchy autistického spektra v 18 měsících



Poruchy autistického spektra patří k nejzávažnějším poruchám dětského mentálního vývoje. Projevují se narušením sociální interakce, verbální i neverbální komunikace a představitosti. 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.

Od roku 2017 probíhá prostřednictvím ambulancí **praktických lékařů pro děti a dorost plošný screening poruchy autistického spektra (PAS)** s cílem včas zachytit příznaky, které by mohly vést k diagnóze PAS. Screening je součástí preventivní lékařské prohlídky v 18 měsících věku dítěte a je hrazen z veřejného zdravotního pojištění.

Ke screeningu se používá dotazník M-CHAT-R, který obsahuje otázky na typické projevy PAS. 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 může vydat a potvrdit praktický lékař pro děti a dorost, praktický lékař, dětský klinický psycholog, klinický psycholog, pedopsychiatr nebo psychiatr.

Více informací najdete také na webu:

[http://www.mzcr.cz/Odbornik/obsah/komunikacni-soubor-pas\\_3707\\_3.html](http://www.mzcr.cz/Odbornik/obsah/komunikacni-soubor-pas_3707_3.html).



## Vybrané sociální služby pro dítě s postižením



**Poradny** (služba odborné sociální poradenství) poskytují bezplatně sociální poradenství, tzn. že umí poradit, jak řešit různé životní situace, na koho se obrátit, mohou pomoci při vyřizování nároků na sociální dávky, zdravotní pomůcky, při jednání s úřady a institucemi apod.

**Raná péče** je terénní, případně i ambulantní sociální služba určená rodinám s dětmi se zdravotním postižením nebo s dětmi, jejichž vývoj je ohrožen v důsledku nepříznivého zdravotního stavu. Službu lze využít bezplatně od narození **do 7 let** dítěte. Jejím cílem je podporovat vývoj dítěte s ohledem na jeho specifické potřeby a současně pomoc rodině žít co nejvíce kvalitním životem. Raná péče pomáhá např. při nácviu péče, komunikace, s úpravou domácího prostředí, zajištěním vhodných pomůcek ale i při jednání s úřady, lékaři, školskými zařízeními a rovněž při přijetí diagnózy.

**Osobní asistence** je terénní sociální služba poskytující pomoc zejména lidem se zdravotním postižením, chronickým onemocněním a seniorům, kteří potřebují pomoc jiné osoby. Služba je poskytována za úhradu, podle potřeb a bez časového omezení, v přirozeném prostředí člověka. Pomůže s péčí o sebe, o domácnost, při pohybu mimo domov, při pochůzkách apod.

**Pečovatelská služba** je terénní nebo ambulantní služba poskytovaná za úhradu lidem, kteří potřebují pomoc jiné osoby, protože jejich soběstačnost je snížena vzhledem k věku, chronickému onemocnění nebo zdravotnímu postižení. Služba může být poskytována i rodinám s dětmi, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby. 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 a informace* – 2 *Poradenské služby*, str. 133 a 3 *Sociální služby v Pardubickém kraji*, str. 144.

## 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 č. 72/2005 Sb, o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních. 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, pomáhat při komunikaci mezi učiteli a žáky i mezi učiteli a zákonnými zástupci, u žáků se zdravotním postižením pomáhat při sebeobsluze. Asistenta 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 Podpora rodiny, když si neví rady s výchovou dětí

V případě **výchovných a rodinných potíží** se můžete obrátit na pracovníky sociálně-právní ochrany dětí, kteří sídlí na městských úřadech či magistrátu (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 1 Když nevíte kudy kam**, str. 128). **Pracovníci oddělení sociálně-právní ochrany dětí** (dále též OSPOD) se zaměřují na poradenství v oblasti péče a výchovy dětí. Dále pak na pomoc ohroženým dětem a jejich rodinám (děti zanedbávané, zneužívané, týrané a děti s výchovnými problémy). Sociální pracovníci navštěvují děti a rodiny v jejich přirozeném prostředí, hledají společně s rodinou a neziskovými organizacemi možná řešení tíživé životní situace, spolupracují se školami, lékaři a dalšími potřebnými službami. Všechny kroky směřují k podpoře rodiny a zajištění bezpečí dítěte a jeho zdravého vývoje. Sociální pracovníci hájí zájem dítěte u soudních jednání. A padá pod ně také oblast náhradní rodinné péče (osvojení, pěstounská péče apod.).

Pokud víte o někom, kdo ve vašem okolí **nezvládá péči o dítě, nebo jste se ocitli sami v situaci, kdy nedokážete dostatečně zabezpečit péči o vaše dítě**, můžete se obrátit i **anonymně** o pomoc na sociálního pracovníka městského úřadu nebo využít služeb neziskových

organizací, školy, lékařů či různých poradenských zařízení (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby**, str. 133).

## ► Rodičovské kompetence

Rodičovské kompetence představují dovednosti a schopnosti rodiče či rodičů zajistit zdravý vývoj dítěti a naplnění jeho potřeb.

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 vám vztah, ve kterém se vám narodily děti a ty jsou ještě nezletilé? Pokud ano, bude potřeba upra-

## Cochemská praxe

Jde o jednotný postup soudu, orgánů sociálně-právní 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.

vit 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 přítom-

ností 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 orgánu sociálně-právní 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 a informace – 2 Poradenské služby*, str. 133).

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

### ► 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 nařídít exekuční hrazení výživného (strháváním z platu, exekucí na účet nebo na majetek). Seznam soudů naleznete v kapitole *III Užitečné kontakty a informace – 9 Okresní soudy v Pardubickém kraji*, str. 195.

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

### 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, kteří zanedbávají povinnou školní docházku, požívají alkohol nebo návykové látky, jsou ohroženi závislostí, živí se prostitucí, 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.

druhým rodičem. Ten se neplacením výživného může dopustit trestného činu zanedbání povinné výživy. Zároveň může požádat na Úřadě práce ČR o vyplácení dávky náhradní výživné

po dobu neplacení povinným rodičem. Více k dávce v kapitole *II Dávky a příspěvky – 6 Náhradní výživné*, str. 109.

### ► Problémy ve škole

Za „zlobením“ dítěte může být řada věcí, například změna třídního kolektivu, vyučujících, přechod do jiné školy, nezvládání učiva, vliv kamarádů, rodná 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, např. například pedagogicko-psychologická poradna či poradna pro rodinu nebo soukromý psycholog (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby*, str. 133).

### ► 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 krizovou 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 a informace – 3 Sociální služby v Pardubickém kraji*, str. 144). Spojit se můžete i s pracovníky oddělení sociálně-právní ochrany dětí (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 1 Když nevíte kudy kam*, str. 128).

### ► Problémy spojené s protiprávním jednáním dítěte

Pokud řešíte situaci, kdy se vaše dítě dopustilo protiprávního jednání (přestupku či trestného činu), bude vás kontaktovat pracovník oddělení sociálně-právní ochrany dětí, a to konkrétně kurátor pro děti a mládež. Ten bude hovořit jak s dítětem, tak i s vámi. Může jít o jednorázovou záležitost ukončenou výchovným pohovorem. Ve složitějších případech je třeba delší spolupráce. V závažnějších věcech ku-

## 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 lidem, kteří se ocitli v nepříznivé životní situaci spojené se ztrátou bydlení, ubytování na přechodnou dobu a podporu sociálních pracovníků při vyřizování běžných záležitostí, nároků a pohledávek, při obnovení kontaktu s rodinou a při začlenění do společnosti. Služba je určena jednotlivcům, rodičům, případně rodinám s dětmi a je poskytována za úhradu.

**Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi (SAS)** jsou terénní a případně ambulantní služby poskytované bezplatně rodině s dítětem, jehož vývoj je ohrožen v důsledku dlouhodobé krizové sociální situace v rodině, kterou rodina nedokáže sama bez pomoci překonat (nedostatečné rodičovské kompetence, narušené vztahy, výchovné problémy, riziko ztráty bydlení, domácí násilí apod.). Služba pracuje s celou rodinou, společně s ní a jejím okolím hledá možnosti řešení její situace.

Kontakty na jednotlivé služby najdete v kapitole *III Užitečné kontakty a informace – 3 Sociální služby v Pardubickém kraji*, str. 144.

rátor „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).



# 4 Náhradní péče

V případě, kdy dojde k vyčerpání všech podpůrných možností a rodina již dále nezvládá a selhává v péči o dítě, může dojít ke **změně výchovného prostředí dítěte, a to:**

- ▶ předáním dítěte do péče druhého rodiče, jiného člena širší rodiny či blízké osoby dítěte;
- ▶ svěřením dítěte do pěstounské péče nebo pěstounské péče na přechodnou dobu;
- ▶ nařízením ústavní výchovy.

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

Pokud není možné dítě svěřit v rámci biologické či širší rodiny je možné využít možnosti **náhradní péče**, kterou můžeme rozdělit na **náhradní rodinnou péči a ústavní výchovu (institucionální)**.

## ▶ Náhradní rodinná péče

**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 a informace – 11 Doprovázející organizace**, str. 144).

**Zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc (ZDVOP)** je určeno dětem v krizi, dětem tělesně či duševně týraným, zneužívaným, zanedbávaným nebo v situaci, kdy jsou závažným způsobem ohrožena jejich základní práva. Umístit dítě do zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc lze několika způsoby: na základě soudního rozhodnutí, na základě uzavření smlouvy (o poskytování ochrany a pomoci dítěti) s OSPOD či se zákonnými zástupci, nebo s dítětem.

Délka pobytu dítěte v ZDVOP nesmí zpravidla přesáhnout 6 měsíců.

## ▶ 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 zde 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.

## ▶ Ústavní výchova

Soud ji může nařídit, a to i bez návrhu, jestliže jsou výchova dítěte nebo jeho tělesný, rozumový či duševní stav, případně jeho řádný vývoj vážně ohroženy nebo narušeny, a to do té míry, že je to v rozporu se zájmem dítěte. Případně pokud tu jsou 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 svěřením dítěte do péče fyzické osoby.

Po rozhodnutí soudu o nařízení ústavní výchovy obecní úřad obce

s rozšířenou působností 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 v řádu 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 v chování.

### ► Ukončení ústavní výchovy

Mladí lidé mnohdy žijí v některém z uvedených zařízení až do své zletilosti nebo do ukončení přípravy na budoucí

povolání. 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. Ty nabízí bydlení a podporu mladým lidem do 26 let, kteří po dosažení 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 a informace – 3 Sociální služby v Pardubickém kraji**, str. 144).

K dosažení samostatnosti osob opouštějících ústavní výchovu přispívá i služba sociální rehabilitace (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 3 Sociální služby v Pardubickém kraji**, str. 144). Ta pomáhá mladým lidem rozvíjet se tak, aby mohli žít plnohodnotný život.

**Další informace najdete na:**

[www.mpsv.cz](http://www.mpsv.cz)

[www.krajprorodinu.cz](http://www.krajprorodinu.cz)



## 5 Nedostatečné příjmy, dluhová situace

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 aj. 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 buď zvýšit příjem, nebo snížit výdaje. Zvýšit příjem je možno prostřednictvím **zaměstnání**, které je možné zajistit různými způsoby. Pokud finance nestačí na zajištění základních potřeb, lze žádat o **dávky**

**státní sociální podpory a dávky pomoci v hmotné nouzi** (viz kapitola **II Dávky a příspěvky – 1 Dávky státní sociální podpory**, str. 98, a **2 Dávky pomoci v hmotné nouzi**, str. 101).

Pokud se ocitnete ve **finanční nouzi či dlužích**, je vhodné, abyste se obrátili na **sociálního pracovníka obce** (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 1 Když nevíte kudy kam**, str. 128), který vám pomůže se základní orientací, se sestavením rodinného rozpočtu a může vás odkázat na **sociální služby zabývající se dluhovou problematikou** – např. odborné sociální poradenství (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby**, str. 133).

Pozor na **půjčování peněz**, které se v budoucnu nemusí vyplatit.

Splácení dluhů navyšuje výdaje. Řešením není další půjčka, neboť se člověk může dostat do **dluhové pasti**. Často stačí i nezaplacení složenky, neuhrazení pokuty, neotevření dopisů, které chodí z institucí, vůči nimž máte závazky a podobně. Nástrojem k řešení této situace může být takzvané **oddlužení**, které má své jasně dané podmínky a povinnosti.

Návrh na oddlužení mohou podat:

- advokát, notář, soudní exekutor či insolvenční správce, kterým za podání návrhu náleží odměna stanovená zákonem,
- někteří poskytovatelé sociálních služeb, kteří mají zároveň udělenou akreditaci k podání návrhu na insolvenční (oddlužení), a podle zákona si nemohou účtovat odměnu.





# 6 Problémy s bydlením

Problémy s bydlením mohou potkat každého z nás. V situaci, kdy je nedokážete vyřešit sami, s pomocí známých, blízkých osob, např. přestěhováním do vhodnějšího a levnějšího bydlení, prodejem vlastního bydlení, koupí či pronájmem vhodného bydlení, se nabízí další možnosti.

Pokud se ocitnete z různých důvodů v **nevyhovujícím bydlení** – např. žijete v bariérovém bytě a je pro vás z důvodu zhoršeného zdravotního stavu obtížné dostat se ven; žijete v azylovém domě; na ubytovně s malými dětmi; jste osobou bez vlastního domova žijící na ulici či v přírodě svým způsobem života, a chcete svoji situaci změnit, je vhodné obrátit se na **sociálního pracovníka obce** (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 1 Když nevíte kudy kam*, str. 128).

Společně se sociálním pracovníkem, případně sociálními službami, můžete hledat různé možnosti:

- **Byt zvláštního určení** je zvlášť stavebně upravený byt 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 na-

chází 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 doporučení obecního úřadu obce s rozšířenou působností. Nájem z těchto bytů lze ze strany pronajímatele vypovědět jen s předchozím souhlasem obecního úřadu obce s rozšířenou působností.

- **Prostupné bydlení** je systém bydlení, který je provázán se sociálními službami či prací sociálního pracovníka obecního úřadu. Člověk tímto systémem „prostupuje“ 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 zdomaluje 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, který je přidělován na základě posouzení bytové nouze či jiných kritérií, a za nižší nájem, než je v daném místě obvyklé. Bydlení v těchto bytech je umožněno zpravidla za specifických smluvních podmínek nájmu, a je navázáno na sociální práci. Míra, intenzita a frekvence spolupráce se sociálním pracovníkem závisí na konkrétních situacích členů jednotlivých domácností. Sociální bydlení je určeno například pro osoby, které vynakládají na bydlení významnou část svých příjmů, pobírají dávky na podporu bydlení (příspěvek na bydlení

a doplatek na bydlení) a nejsou schopny obtížnou bytovou situaci řešit samy na bytovém trhu.

Specifickou skupinou, která se potýká s problémy s bydlením, jsou **osoby bez domova**, tedy osoby, které nemají vlastní domov, nevyužívají dlouhodobě nějakého přístřeší, žijí na ulici nebo v přírodě svým způsobem života. Také tyto osoby se mohou obrátit na sociálního pracovníka obce nebo využít **sociální služby**, kde jim pomohou řešit obtížnou situaci a zajistí jim také základní potřeby (jídlo, hygienu, oblečení, nocleh).

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 a informace – 3 Sociální služby v Pardubickém kraji*, str. 144).

## Základní služby pro osoby bez domova



**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, osoby bez domova, 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 tyto osoby možnost se během dne umýt, vyměnit si či vyprat oblečení, najíst se, popřípadě je jim za malý poplatek zajištěna strava. Pracovníci jim poradí a pomohou při obstarávání osobních záležitostí.

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

**Azylové domy** poskytují 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.

## 7 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), rdoušení, tahání za vlasy, bití nějakým předmětem a podobně.
- **Sociální násilí** – izolace od příbuzných a přátel – zákaz přijímat návštěvy, svým chováním odrazovat návštěvníka od dalších návštěv, zákaz telefonovat, dívat se na TV, doprovázení například k lékaři, na úřady, 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.**

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

- vynucená sociální izolace;
- finanční závislost na partnerovi;

## 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 nezpochybnitelně rozdělení rolí osoby ohrožené a násilné** – domácí násilí nejsou vzájemná napadání, hádky, rvačky či spory, kde se role osoby násilné a ohrožené střídají.
- ▶ **Neverejnost** – probíhá zpravidla za zavřenými dveřmi bytu či domu, stranou společenské kontroly.

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

- ▶ 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.
- ochranu a podporu** (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby*, str. 133, a *3 Sociální služby v Pardubickém kraji*, str. 144).
- ▶ Policie ČR;
  - ▶ obecní/městská policie;
  - ▶ Bílý kruh bezpečí;
  - ▶ intervenční centrum;
  - ▶ OSPOD;
  - ▶ krizové centrum/centrum krizové intervence (pro děti a rodinu);
  - ▶ manželská poradna;
  - ▶ azylový dům;
  - ▶ linka důvěry;
  - ▶ praktičtí lékaři;
  - ▶ pediatři a další specialisté;
  - ▶ nemocnice (včetně sociálního oddělení);
  - ▶ záchranná služba.

Pokud se necítíte ve vztahu bezpečně, připravte si **bezpečnostní plán!**

### ▶ Místa, kde hledat pomoc

**Domácí násilí samo od sebe nekončí, naopak má nebezpečnou tendenci eskalovat. Ohrožené osoby potřebují včasnou a účinnou pomoc,**

## 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 nenechte 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 pojištěnce 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 vykazání 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 vykazání, aby pracovníci tohoto centra mohli zkontaktovat ohroženou osobu a nabídnout jí pomoc, která je zcela dobrovolná a bez-

platná. Intervenční centrum je možné kontaktovat i tzv. nízkoprahově, což znamená, že není třeba zmíněného vykazání a osoba ohrožená domácím násilím se může na toto centrum obrátit sama.

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

## 8 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 nebo Bílého kruhu bezpečí (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby*, str. 133, a *3 Sociální služby v Pardubickém kraji*, str. 144).

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. 133, a *3 Sociální služby v Pardubickém kraji*, str. 144).



## 9 Trestná činnost

Za trestnou činnost lze považovat protiprávní jednání nejrůznějšího charakteru.

### ▶ Přestupek

**Přestupek** představuje protiprávní jednání nižšího stupně závažnosti, které je vymezeno v zákoně č. 250/2016 Sb., o odpovědnosti za přestupky a řízení o nich. 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**.

### ▶ 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 mediální služby (PMS) ČR**.

### ▶ Kyberkriminalita

Kyberkriminalita, nebo také počítačová kriminalita je trestná činnost, která je páchána pomocí komunikačních, nebo informačních technologií. V České republice tato forma kriminality rekordně narůstá. Jedním z nejčastějších útoků je tzv. **phishing**. Při této formě útoku se útočník vydává např. za banku a snaží se získat citlivé informace od oběti, jako jsou hesla ke kreditním kartám nebo osobní údaje. Toto často probíhá prostřednictvím falešných odkazů, falešných webových stránek nebo klamných e-mailů. Útočníci cílí na všechny věkové skupiny.

### Jaká jsou základní pravidla proti této formě kriminality?

- ▶ Neposkytujte nikomu své přihlašovací údaje k účtu, nebo do internetového bankovníctví a údaje o své platební kartě, nebo hesla.
- ▶ Buďte obezřetní při otevírání e-mailů, zvláště těch s podezřelými odkazy nebo přílohami.



## 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, 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.

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. 194.

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

- ▶ Ověřujte prostřednictvím důvěryhodného komunikačního kanálu neobvyklé žádosti o finanční transakce nebo změny na účtech.
- ▶ Pokud narazíte na podezřelou aktivitu nebo myslíte, že jste byli cílem kybernetického podvodu, okamžitě informujte správce vašeho účtu a Policii ČR.
- ▶ zákaz činnosti;
- ▶ zákaz pobytu;
- ▶ zákaz vstupu na sportovní, kulturní a jiné společenské akce;
- ▶ vyhoštění;
- ▶ ztráta čestných titulů nebo vyznamenání;
- ▶ ztráta vojenské hodnosti.

### ▶ Oběti trestné činnosti

**Oběti 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, osvojenec, 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

### ▶ 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.

### ▶ Postihy za trestné činy

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

- ▶ trest odnětí svobody;
- ▶ domácí vězení;
- ▶ obecně prospěšné práce;
- ▶ propadnutí majetku;
- ▶ peněžitý trest;
- ▶ propadnutí věci;



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 hrozícím 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. 133).

### ▶ 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.**

**S městskou či obecní policií se můžete spojit na telefonní lince 156.**



## 10 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** 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 výkonu trestu odnětí svobody by tedy měly vést za ním.

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 a informace** – **1 Když nevíte kudy kam**, str. 128).

**tečné kontakty a informace** – **1 Když nevíte kudy kam**, str. 128).

Jestliže se osoba po propuštění z výkonu trestu odnětí svobody ocitne bez zaměstnání, navštíví kontaktní pracoviště úřadu práce (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace** – **5 Úřad práce**, str. 192). 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 výkonu trestu odnětí svobody 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 Pardubickém kraji**, str. 144). S tipem na vhodné ubytování poradí sociální kurátor, který má k dispozici také kontakty na **ubytovny**.

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**



# 11 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 do-tyčný 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**, kte- rá se projeví na těle, tak **psychická**, která se odehrává v mysli.

**Psychická závislost:** chování smě- řující 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. 133 a **3 Sociální služby v Pardubickém kraji**, str. 144.

## ▶ 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. 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.

## ▶ 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. Léčba může probíhat různě, někdy probíhá ambulantně, jindy je nutný pobyt na **psychiatrickém oddělení** (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby**, str. 133 a **3 Sociální služby v Pardubickém kraji**, str. 144), nebo je možné využít i terapeutické

komunity, kde trvá léčba kolem jednoho roku.

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 Pardubickém kraji**, str. 181).

Osoby se závislostmi mohou 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. 169).

# 12 Sebepoškození

Sebepoškození je téma, které v dnešní společnosti vyvolává mnoho otázek a obav. Tato forma chování, spojená s úmyslným způsobováním fyzického nebo emocionálního zranění sobě samému, si zaslouží naši pozornost a porozumění.

Možnou a velmi častou příčinou sebepoškození mohou být úzkost, smutek, rodinné problémy, šikana, ale také psychické poruchy jako například deprese, úzkostné poruchy nebo posttraumatická stresová porucha. Klíčovou roli může mít také nedostatek sociální podpory, izolace nebo nízké sebehodnocení. Zneužívání látek, traumata z dětství, nátlak okolí nebo společenské normy mohou také přispívat k tomuto závažnému chování.

Vzhledem k rozmanitosti příčin je klíčové poskytnout jednotlivcům, kteří se sebepoškozuji, empatii a podporu, a také zajistit přístup k odborné pomoci a terapii.

Prevence sebepoškození vyžaduje komplexní přístup k psychologickému zdraví a sociální podpoře.

**Zde jsou některé body, kterým je třeba věnovat pozornost:**

**Vzdělávací programy:** zvýšení povědomí o duševním zdraví a sebepoškození může snížit „nálepkování“

a zajistit, aby lidé byli schopni rozpoznat potřebu pomoci.

**Psychická podpora:** poskytování dostupné a dostatečné psychické podpory může pomoci jednotlivcům zvládat stres a emoční tlak, který může vést k sebepoškození.

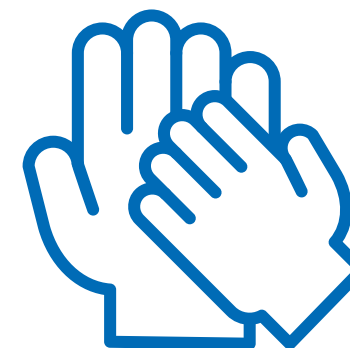
**Terapie a poradenství:** terapeutická pomoc a poradenství mohou být klíčové pro rozeznání a zvládnutí hlavních problémů, které mohou vést k sebepoškození.

**Rizikové skupiny:** zvláštní pozornost by měla být věnována jedincům, kteří patří do skupin s vyšším rizikem, jako jsou lidé s psychickými poruchami, historií traumatu nebo chronickým stresem.

K nejběžnějším způsobům sebepoškození patří zejména řezání pomocí ostrých předmětů, jako jsou žiletky, nože nebo skleněné střepy. Další častý způsob sebepoškození je škrábání, obvykle se provádí pomocí nehtů nebo jiných ostrých předmětů.

Je důležité si uvědomit, že sebepoškození není projevem slabosti nebo špatnosti. Je to způsob, jak se člověk vyrovnává s náročnými emocemi nebo stresem. Pokud například jako rodič zjistíte, že se dítě sebepoškozuje, je důležité zachovat klid a sou-

časně vyjádřit, že se o dítě obáváte a že mu chcete pomoci. Vytvořte bezpečný prostor pro rozhovor, je důležité, aby se dítě cítilo chápáno a podporováno. Dejte mu prostor, aby vám řeklo, co se děje. Pozorně poslouvejte a snažte se porozumět jeho pocitům. Současně je důležité vyhledat odbornou pomoc, obraťte se na lékaře nebo psychologa (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby*, str. 133).



# 13 Nezaměstnanost a pracovněprávní problémy

Kdokoliv z nás může z nejrůznějších důvodů přijít o práci. V České republice není povinností pracovat ani být veden v evidenci uchazečů o zaměstnání na Úřadu práce ČR (toto rozhodnutí však s sebou přináší negativa do budoucna – např. při nehrazení zdravotního, sociálního pojištění, které se mohou následně odrazit v nedostatečné době pojištění pro přiznání důchodu, apod.).

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, smí však vykonávat nanejvýš tzv. **nekolidující zaměstnání**.

**Zájemce o zaměstnání** může pracovat, ale z nejrůznějších důvodů nepotává 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 informace získáte od zaměstnanců Úřadu práce ČR.

**Žádost o zprostředkování zaměstnání** (evidence uchazečů o zaměstnání) se podává na **Úřadu práce ČR** podle místa vašeho 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 a informace – 5 Úřad práce**, str. 192).

**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. Po dobu trvání tzv. nekolidujícího zaměstnání neposkytuje Úřad práce ČR uchazeči o zaměstnání podporu v nezaměstnanosti.



Aby vám evidence uchazečů o zaměstnání navazovala již od prvního dne po skončení zaměstnání, je nutné si podat žádost o zprostředkování zaměstnání 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 – 10 Dávky v nezaměstnanosti**, str. 124).

**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.**

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

## ► Rekvalifikace

**Rekvalifikací** se rozumí získání nové kvalifikace a zvýšení, rozšíření nebo prohloubení dosavadní kvalifikace, včetně jejího udržování nebo obnovování. Za rekvalifikaci se považuje i získání kvalifikace pro pracovní uplatnění fyzické osoby, která dosud žádnou kvalifikaci nezískala.

Existují dva typy rekvalifikací, o které lze žádat prostřednictvím Úřadu práce ČR:

- **Zabezpečená rekvalifikace uchazečů (zájemců) o zaměstnání**, která je zajištěná Úřadem práce ČR a probíhá na základě uzavřené dohody mezi Úřadem práce a uchazečem (zájemcem) o zaměstnání.
- **Tzv. zvolená rekvalifikace**, kterou si vybírá sám uchazeč (zájemce) o zaměstnání dle svých individuálních potřeb. Žádost o tuto rekvalifikaci pak předkládá Úřadu práce ČR.





Úřad práce ČR je možné požádat o **příspěvek na úhradu digitálního vzdělávání** prostřednictvím [www.mpsv.cz/web/cz/jsem-v-kurzu](http://www.mpsv.cz/web/cz/jsem-v-kurzu).

Bližší informace k rekvalifikaci a jejím možnostem poskytnou zaměstnanci Úřadu práce ČR.

### ► Právní poradenství v pracovníprávních vztazích

Pokud potřebujete radu v oblasti pracovníprávních vztahů, můžete se obrátit na **Státní úřad inspekce práce**. Vydává také různé informační letáčky, které jsou zaměřeny na jednotlivá témata týkající se pracovníprávních 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:

<https://www.suip.cz>.

Další informace k pracovníprávním vztahům a inspekci práce zjistíte také na stránkách **veřejného ochránce práv**:

[https://www.ochrance.cz/fileadmin/user\\_upload/Letaky/pracovnepravni-vztahy.pdf](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 pracovníprávních vztahů můžete získat též na **Úřadu práce ČR**, případně v **občanských poradnách Pardubického kraje** (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 2 Poradenské služby*, str. 133).



## 14 Nemoc v průběhu života a zdravotní péče

### ► Nemoc

V průběhu života se kdokoliv 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 svoji zdravotní pojišťovnu, u které jste zaregistrováni.** Ta je povinna vám zajistit zdravotní péči prostřednictvím zdravotnických zařízení, s nimiž má uzavřené smluvní vztahy.

Registrujícího praktického lékaře (praktického lékaře, gynekologa a stomatologa) můžete změnit **po třech měsících od předchozí registrace**.

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.**

### ► Pobyt v nemocnici

Při nástupu si nezapomeňte s sebou vzít **doklad totožnosti a průkaz zdravotní pojišťovny**, léky, které pravidelně užíváte, případně průkaz diabetika, doporučení k hospitalizaci od vašeho ošetřujícího lékaře. 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 uvedení 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 budete sro-

zumitelně informování o vašem zdravotním stavu, důvodech hospitalizace a navrhovaném léčebném nebo diagnostickém postupu. Současně vám mohou být vysvětlena případná rizika související s navrhnutou léčbou 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 mohou 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 odů-

vodněných případech i na delší, nezbytně nutnou dobu. Další léky vám předepíše váš praktický lékař. Více informací o lécích – viz níže **Recepty, léky**, str. 56.

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 zdravotničtí pracovníci.

V případě, že váš zdravotní stav neumožňuje využití běžné dopravy a nemáte možnost využít přepravy s rodinnými příslušníky, 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 nižší úhradu než standardní komerční taxi.

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 vy-

brané 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 Pardubickém kraji**, str. 181).

V případě potřeby můžete kontaktovat také **sociální pracovníky obcí a měst**, kteří spolupracují s dalšími

profesionálními sociálními službami a mohou vám pomoci najít nejvhodnější způsob zajištění péče (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 1 Když nevíte kudy kam**, str. 128). Kontakty na ně naleznete na webových stránkách obcí a měst.

## ► Zdravotní péče

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

## ► Prevence

**Prevence** je nedílnou součástí péče o zdraví a samozřejmě součástí moderní medicíny. Předchází nebo snižuje nebezpečí vzniku závažných onemocnění. Preventivní prohlídky mohou odhalit závažná onemocnění ve stadiu,

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





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 dvouletých intervalech);
- ▶ **gynekologickou preventivní prohlídku** – každoročně od 15 let;
- ▶ **stomatologickou preventivní prohlídku** – 2× ročně (1 preventivní prohlídka podle vyhlášky + 1 tzv. pravidelná prohlídka).

## ▶ Zdravotnická záchranná služba

Zajišťuje přednemocniční neodkladnou péči výjezdovými základnami rozmístěnými po celém Pardubickém kraji (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 4 Zdravotnické služby v Pardubickém kraji*, str. 181).

Výjezdy posádek rychlé lékařské pomoci, rychlé záchranné pomoci a rendez-vous k jednotlivým případům iniciují a koordinují vyškolené operátorky a operátoři krajského zdravot-

nického operačního střediska v Pardubicích.

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

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

**Víceúrovňový setkávací systém** neboli **systém rendez-vous** 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 lékař a řidič 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 zaléčení 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, ponechte 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 vydechovaného 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 záchranářů.**
- ▶ 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 záchranářům usnadnila nalezení místa, kde se postižený nachází.
- ▶ Zavřete domácí mazlíčky.
- ▶ V případě, že vám zdravotnické operační středisko sdělí, že posílá na místo leteckou záchranou 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 záchraný řetězec profesionální zdravotnické pomoci. K vašemu blízkému míří profesionální záchranáři.

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

Osoby se získaným poškozením mozku a cévní mozkové příhodě a jejich rodiny mohou využít také pomoci v rámci sociální služby poskytovatele CEDR Pardubice, o.p.s – Centrum Kompre.



i sami. Navrhuje a doporučuje ji ošetřující lékař, případně další specialisté (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 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

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**.



část a pobyt platíte samostatně. Pobyt v lůžkách 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** (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 4 Zdravotnické služby v Pardubickém kraji*, str. 181). 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 za úhradu, na nezbytně nutnou dobu, do chvíle, než je zajištěna potřebná péče jiným způsobem**, například prostřednictvím blízké osoby, poskytováním sociální služby či kombinací více variant. V případě, že o vás bude pečovat osoba blízká (viz kapitola *I Životní situace a vybraná témata – 18 Péče o osobu blízkou*, str. 76), je možné využít krátkodobé (ošetřování člena rodiny) či dlouhodobé ošetřovné, které se poskytuje z dávek nemocenského pojištění (viz kapitola *II Dávky a příspěvky – 8 Dávky nemocenského pojištění*, str. 112).

## ► 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

Bližší informace k eReceptům naleznete na webových stránkách **Státního ústavu pro kontrolu léčiv** <https://www.sukl.cz/>.

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.

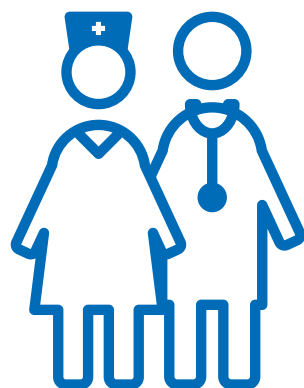
**V průběhu hospitalizace** vám veškeré nezbytné léky poskytuje zdravotnické zařízení. Hradí je pojišťovna a jejich cena je zahrnuta v platbě za váš pobyt. Může se stát, že vám budou podávány jiné léky, než na které jste zvyklí, nicméně vždy musí obsahovat stejnou účinnou látku. Nemocnice vám zdarma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



## 15 Duševní onemocnění

Duševní zdraví lidí je křehké. Duševní onemocnění nás může potkat v dětství, v dospělosti nebo ve stáří. Jsme různě odolní vůči stresové zátěži náročných životních situacích, a tedy různě zranitelní. Dle dostupných dat z Národního zdravotnického informačního portálu ([www.nzip.cz](http://www.nzip.cz)) je nějakou formou duševního onemocnění stížen téměř každý desátý z nás. Nejčastějšími onemocněními jsou **úzkostné poruchy (neurózy)**, **poruchy nálad (deprese, bipolární afektivní porucha)** a **Alzheimerovo onemocnění a další typy demencí**. Mezi další rozšířená onemocnění patří **závislosti, psychotické poruchy (např. schizofrenie)**, **neurologická postižení (např. autismus, mentální postižení)**, **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 zdra-

**votní a sociální pomoc**. Ta se nesoustředí 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 rozšířených 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. Významnou roli při včasné pomoci a následném provázení k zotavení hrají **svépomocné skupiny**. Ty se scházejí v mnoha městech našeho kraje. Některé jsou tvořeny lidmi se zkušeností s duševním onemocněním, jiné jsou určeny pro vzájemnou podporu rodinných příslušníků, jejichž blízký (rodič, sourozenec, dítě) se potýká s nemocí. Lidé se zkušeností s duševním onemocněním, kteří se vydali na cestu zotavování se z nemoci, a jsou připraveni své zkušenosti sdílet s ostatními, pracují v sociálních a zdravotnických službách jako **peer konzultanti**. Vy-



chodiskem jejich práce je koncept zotavení (recovery). Peeři jsou nositeli naděje, podporují ostatní lidi se zkušeností s duševním onemocněním, aby zvládali běžné činnosti samostatně, vzali život do svých rukou a stali se opět součástí společenství ve svých různých rolích (otec, syn, zaměstnanec, občan, atd.). Obdobně i rodinní příslušníci se zkušeností duševního onemocnění v rodině či blízkém okolí, pracují ve službách jako **peer pečovatelé**, aby obdobně poskytly podporu rodinným příslušníkům a dalším blízkým osobám klientů.

### ► 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 závislosti, 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, neúměrně dlouhá. (Z výzkumných dat vyplývá, že v průměru více než 2 roky od prvních projevů.)

- I v případě psychických obtíží je možné a doporučeno v prvé řadě navštívit praktického lékaře, který může pomoci s vyhledáním dalších specialistů či odborných služeb.
- Na všech místech našeho kraje 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, zdravotní sestry 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 nevyhledává. Ani ta sice není schopna vše vyřešit, ale může výrazně pomoci a předejít hospitalizacím proti vůli nemocného.

### ► Které aktivity a služby mohou osobám s duševním onemocněním usnadnit život?

**Svépomocné skupiny** jsou podpůrné skupiny pro lidi s podobnou zkušeností. Na různých místech našeho kraje máme skupiny, kde se setkávají lidé se zkušeností s duševním onemocněním, v jiných skupinách se zase scházejí rodinní příslušníci se zkušeností péče o blízkého s duševním onemocněním. Členové těchto skupin sdílejí své osobní zkušenosti s nemocí, léčbou i cestou k zotavení, podnikají společné výlety, pořádají besedy a další osvětovou činnost. Vzájemně se podporují a jsou otevřeni tomu podpořit i nově příchozího, který si třeba není jistý, jestli by měl (on sám nebo jeho blízký) vyhledat odbornou pomoc apod.

**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 pro-

fesionály, 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, sociálních pracovníků, i peer konzultantů, příp. peer pečovatelů. 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 hospitalizacím při akutní fázi onemocnění či pomoci při zotavení po návratu z hospitalizace. Nabízí asertivní práci

a pomoc v kritických situacích. Dobrou zprávou je, že ve 2. polovině roku 2024 bude pomoc zdravotnických a sociálních pracovníků center duševního zdraví dostupná ve všech okresech!

### ► 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 progra-

mů, 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 č. 372/2011 Sb., o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování, a zákona č. 89/2012 Sb., občanský zákoník, 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 služby osobní asistence či pečovatelská služba. Mnohé jiné sociální služby nabízí 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 běžně 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 závislostí 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 **III Užitečné kontakty a informace – 3 Sociální služby v Pardubickém kraji**, str. 144).

Více informací k duševnímu zdraví naleznete na webu:  
<https://krajprorodinu.cz/dusevni-zdravi/>



## 16 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 rozumné 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.

### ► Podmínky omezení svéprávnosti

- Musí být v zájmu člověka, jehož se týká.
- Pouze tehdy, pokud mu hrozí závažná újma.
- Jen po jeho zhlédnutí, s plným uznáním jeho práv a jeho osobní jedinečnosti.
- Pokud není možné využít mírnější a méně omezující opatření.

Soud má povinnost zkoumat, zda nepostačuje k ochraně práv osob **méně omezující opatření**. Má-li soud za to, že vzhledem k zájmům posuzovaného postačuje mírnější a méně omezující opatření, může v průběhu řízení rozhodnout zejména o schválení smlouvy o nápomoci, schválení zastoupení členem domácnosti nebo jmenování opatrovníka.

Člověka nelze zcela zbavit svéprávnosti, ale pouze ji omezit.



## Méně omezující opatření



**Nápomoc při rozhodování** – 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 č. 115/2006 Sb., 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.

**Opatrovnictví bez omezení svéprávnosti** – jedná se o způsob ochrany, kdy osoba má jmenovaného opatrovníka, přičemž svéprávnost této osoby omezena není. I o této formě zastoupení rozhoduje soud.

### ► Rozsah omezení svéprávnosti

- Musí být jen v rozsahu, v jakém člověk pro duševní poruchu, která není pouze přechodná, pozbývá schopnosti právně jednat.

### ► Doba, na kterou lze člověka ve svéprávnosti omezit

- 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

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



nost 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.

### ► Opatrovník v souvislosti s omezením svéprávnosti (hmotněprávní opatrovnictví)

Pokud dojde k omezení svéprávnosti, soud (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 9 Okresní soudy v Pardubickém kraji*, str. 195) 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 fyzická 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.

### ► Kdo nemůže být soudem jmenován opatrovníkem

- Osoba, která je nezpůsobilá právně jednat.

Pokud opatrovnictví, jakožto fyzická osoba, **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.



- ▶ Osoba, jejíž zájmy jsou v rozporu se zájmy opatrovance.
- ▶ Provozovatel zařízení, kde opatrovaná osoba pobývá nebo které mu poskytuje služby, nebo 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 oprávnění a povinností** opatrovníka. Některé životní oblasti zůstávají v kompetenci opatrovance, jiné vykonává opatrovník. Klíčový je rozsudek.

Pokud **nevíte, co máte dělat jako opatrovník**, můžete se obrátit na soud, který vás jmenoval jako opatrovníka. Můžete si domluvit schůzku s vyšším soudním úředníkem opatrovnického 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 (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 3 Sociální služby v Pardubickém kraji*, str. 144). 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 hledání vhodné sociální služby nebo se zorientovat v sociálních dávkách, lze využít sociálního poradenství sociálních pracovníků na obcích (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 1 Když nevíte kudy kam*, str. 128).

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

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.

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

## ▶ 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, po-

kud není nalezena jiná vhodná fyzická osoba.

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 č. 89/2012 Sb., občanský zákoník. 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.

Pokud opatrovník 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).

### Obecné povinnosti

- ▶ udržovat s opatrovanou osobou vhodným způsobem a v potřebném rozsahu pravidelné spojení;
- ▶ projevovat o opatrovanou osobu skutečný zájem;
- ▶ dbát o její 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;
- ▶ opatrovník 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.

**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.



Více informací k agendě opatrovnictví naleznete na webu:

<https://krajprorodinu.cz/dusevni-zdravi/opatrovnictvi-vykonavane-fyzickou-osobou/>.

## 17 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 – 9 Dávky důchodového pojištění*, str. 128).

Rozlišujeme 3 stupně invalidity:

- ▶ **Invalidita I. stupně** v případě **poklesu pracovní schopnosti nejmeně o 35 %**.
- ▶ **Invalidita II. stupně** v případě **poklesu pracovní schopnosti nejmeně o 50 %**.
- ▶ **Invalidita III. 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.

Žadatel o invalidní důchod obdrží nejdříve **posudek o invaliditě** od po-

sudkového lékaře (od 1. 1. 2024 je nově posudkový lékař pod **Institutem posuzování zdravotního stavu**, který je v působnosti České správy sociálního zabezpečení). Posudek mimo jiné obsahuje míru poklesu pracovní schopnosti, výčet rozhodujících podkladů o zdravotním stavu, stanovuje možnosti využít zachovanou pracovní schopnost (u I. a II. stupně) nebo případné varianty výdělečné činnosti za zcela mimořádných podmínek (III. stupeň) a datum vzniku invalidity. Následně zašle Česká správa sociálního zabezpečení **rozhodnutí**, o přiznání či nepřiznání invalidního důchodu, a v případě přiznání i jeho výši. V případě nesouhlasu s rozhodnutím lze **podat námítky**.

### ▶ Zaměstnávání osob se zdravotním postižením a osob znevýhodněných na trhu práce

Osoby se zdravotním postižením mohou být pracovně aktivní a na trhu práce mají podle zákona č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti, zvýšenou ochranu. Ani osoby s přiznanou invaliditou (jakéhokoliv stupně) nejsou omezeny ve výdělečné činnosti žádným zákonem. Osoba invalidní ve III. stupni



**Mladí zdravotně postižení/invalidní osoby do 28 let věku, jsou chráněni tzv. ochranným výpočtem** dle zákona č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění. Osobní vyměřovací základ je v tomto případě nahrazen všeobecným vyměřovacím základem, který vychází z průměrné mzdy v České republice.

**Mladí zdravotně postižení** mohou žádat o přiznání invalidního důchodu v jakémkoliv stupni již **po dokončení povinné školní docházky**, a to při získání doby pojištění kratší než jeden rok (stačí i jeden den získaný například studiem po dokončení povinné školní docházky nebo evidencí na úřadu práce).

Pokud se jedná o **těžké postižení** (např. osoba trvale ležící vyžadující celodenní péči), a nebylo tedy možné získat ani jeden den pojištění, je vhodné požádat o tzv. **invaliditu z mládí**. O tento typ se žádá po dosažení 18 let a není třeba mít žádnou dobu pojištění. V těchto situacích je zároveň vhodné podat **návrh k soudu na omezení svéprávnosti osoby** (viz kapitola **16 Omezení svéprávnosti**, str. 65) i s uplatněním **návrhu na ustanovení dočasného opatrovníka** (se sepsáním návrhu pomohou na okresních soudech, opatrovnickém oddělení (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 9 Okresní soudy v Pardubickém kraji**, str. 195)).



však většinou nemůže být uchazečem o zaměstnání, a nemůže tedy využívat podporu v nezaměstnanosti (s výjimkou fyzické osoby, která je invalidní ve třetím stupni a je schopna výdělečné činnosti za zcela mimořádných podmínek). Ale i osoby, které nemohou být uchazeči o zaměstnání, mohou s úřadem práce (s poradcem pro klienty se zdravotním postižením) spolupracovat – např. pokud hledají pracovní uplatnění.

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 III. stupni (osoby s těžším zdravotním postižením);
- ▶ invalidní v I. nebo ve II. stupni;
- ▶ zdravotně znevýhodněné;

**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 má podle lékařského vyjádření trvat déle než jeden rok a podstatně omezuje tělesné, smyslové nebo duševní schopnosti, a tím i schopnost pracovního uplatnění.

- ▶ **osoby, které** podle posouzení orgánu sociálního zabezpečení **již nejsou invalidní (a to po dobu 12 měsíců od tohoto posouzení)**.

považováno za porušení zákona a stát může vyměřit zaměstnavateli pokutu.

### ▶ Pracovní rehabilitace

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 dílen (poskytovatelů náhradního plnění), případně odvedením příslušné (její výpočet je dán zákonem) částky do státního rozpočtu**. Možné jsou i kombinace jednotlivých způsobů plnění. Nesplnění této povinnosti je

Osoby se zdravotním postižením nebo osoby v pracovní neschopnosti (podle zákona o zaměstnanosti), mohou požádat na úřadu práce o **pracovní rehabilitaci**. Pracovní rehabilitace pomáhá při hledání a udržení vhodného zaměstnání či obnovení pracovních návyků, a to s ohledem na váš zdravotní stav. Zahrnuje také 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 vhod-





ném 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. Bližší informace získáte na 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**, který 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 písemnou dohodu o jejich **uznání za zaměstnavatele na chráněném trhu práce**.

V rámci aktivní politiky zaměstnanosti se mohou zapojit uchazeči a zájemci o zaměstnání, v některých případech i klienti mimo evidenci Úřadu práce ČR do **národních individuálních projektů** Úřadu 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.

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.



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 zákonem č. 262/2006 Sb., zákoník 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 **sociální 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 Pardubickém kraji**, str. 144.



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

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



# 18 Péče o osobu blízkou

## ► Neformální péče

Péče rodinných příslušníků o blízké v přirozeném prostředí je nazývána také **neformální péče**. Ne každý je schopen postarat se o blízkého a zajistit mu vhodnou péči v domácím prostředí, a není třeba dávat si to za vinu a brát to jako vlastní selhání.

Pokud se rozhodnete pečovat o svého blízkého, je dobré udělat následující:

- **Nezůstávejte v této situaci sami a aktivně se zajímejte o možnosti řešení konkrétní situace.** Pohovořte s osobou, o níž budete pečovat (pokud je to možné), s celou rodinou, a domluvte se na tom, **co, kdo může v péči o blízkého udělat.**
- **Poradte se o konkrétních možnostech péče v přirozeném prostředí s odborníky** – např. se **zdravotně sociálním pracovníkem** (při hospitalizaci blízké osoby ve zdravotnickém zařízení), **sociálním pracovníkem obce, sociálním pracovníkem úřadu práce či sociální služby**. Rady se mohou týkat možností dávek, sociálních, zdravotních i jiných dostupných služeb, dále úprav bytu, využití kompenzačních pomůcek, asistivních nebo chytrých technologií, které

usnadní péči v přirozeném prostředí, využití kombinované péče rodiny, sociálních a zdravotních služeb, apod.

- V domácím prostředí můžete neformální péči doplnit o **sociální a zdravotní služby**, která zajistí péči a ošetrovatelské úkony v oblastech anebo časech, které nevládnete zajistit vlastními silami.
- **Zeptejte se ošetřujícího lékaře** osoby, o níž budete pečovat, na vše, co vás zajímá. Ujasněte si, jaká je očekávaná délka péče a co bude pravděpodobně obnášet, zda bude zapotřebí naučit se speciální dovednosti (např. píchat injekce, rehabilitovat apod.). Zda bude třeba ukončit zaměstnání a pečovat na celý úvazek či bude možné skloubit péči s pracovními povinnostmi a rodinným životem.
- Informujte se na možnosti **ošetřování člena rodiny**. V situaci, kdy je možné **skloubit péči o blízkého se zaměstnáním**, je ze zákoníku práce **nárok na úpravu pracovní doby či její zkrácení**. Svého zaměstnavatele můžete požádat o **dlouhodobé ošetřovné** (viz kapitola *II Dávky a příspěvky – 8 Dávky nemocenského pojištění*, str. 112).

- **Kontaktuje zdravotní pojišťovnu a nahlaste péči o blízkou osobu.** V situaci, kdy je pečující osoba uvedena jako hlavní pečující osoba na Úřadu práce ČR, a pečuje o osobu mladší 10 let v I. stupni závislosti či osobu jakéhokoliv věku ve II. až IV. stupni závislosti, hradí zdravotní pojištění stát.

## ► Pomůcky, které pomohou s péčí

Po propuštění z nemocnice je možné pokračovat i doma v rehabilitaci (viz kapitola *I Životní situace a vybraná témata – 14 Nemoc v průběhu života a zdravotní péče*, str. 49). Je vhodné upravit prostředí, v němž budete péči zajišťovat, a **využít různé kompenzační pomůcky či jiné zdravotnické pro-**

**středky**. Správně zvolené pomůcky zlepšují kvalitu života opečovávané osobě a usnadní práci pečující osobě. Nejčastěji využívanými pomůckami jsou:

- polohovací postel;
- madla;
- matrace, polštáře a pomůcky k polohování;
- sedací vaky;
- nástavce na WC;
- sedátka do vany či sprchy;
- invalidní vozík, chodítka, hole, berle;
- návleky na sádku;
- protiskluzové a antidekubitní podložky aj.

Pokud zdravotní stav osoby vyžaduje trvalé nebo přechodné používání konkrétní kompenzační pomůcky (zdravotnického prostředku), ošetřující

### 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. Brožurku naleznete na stránkách Pardubického kraje <https://www.pardubickykraj.cz/metodika-socialni-prace/107060/6-pecujici-osoby> <https://www.pardubickykraj.cz/socialni-prace> (Pro pečující osoby).

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>.



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 pravidelně Státní ústav pro kontrolu léčiv). Jestliže lékař předepíše zdravotnický prostředek, na jehož úhradě se podílí též pacient, je povinen pacienta na tuto skutečnost upozornit. Pokud je u předepsané pomůcky nutný souhlas revizního lékaře příslušné zdravotní pojišťovny, ošetřující lékař vypíše i příslušnou žádanku. Společně s poukazem je nutné oba tyto dokumenty předat ke schválení pojišťovně, která územně spadá ke zdravotnickému zařízení.

Do doby, než budete mít k dispozici vlastní kompenzační pomůcky, lze využít možnosti **zapůjčení kompenzačních pomůcek** za poplatek.

Některé kompenzační pomůcky, nejsou hrazeny ze zdravotního pojištění, ale stát na ně přispívá prostřednictvím sociální dávky pro osoby se zdravotním postižením – **příspěvek na zvláštní pomůcku** (viz kapitola *II Dávky a příspěvky – 5 Dávky pro osoby se zdravotním postižením*, str. 106). Zvláštní pomůcky zahrnují například pořízení či úpravu automobilu, sta-

vební úpravy spojené s uzpůsobením koupelny a WC, nájezdové ližiny, zvedací plošiny, pomůcky pro ovládání počítače, komunikaci, různé signalizační a orientační systémy, vodícího psa apod.

Pokud se nedostávají prostředky na pomůcku, kterou potřebujete, ani s čerpáním příspěvků od zdravotní pojišťovny, ani prostřednictvím dávek pro osoby se zdravotním postižením, je vhodné obrátit se s žádostí na některou z **nadací**. Další možností je hledat pomoc u **sponzorů** mezi podnikateli, firmami či prostřednictvím sbírek a podobně.

### ► Domácí zdravotní péče

V případě potřeby může opečovávaná osoba **využít domácí zdravotní péči**. Tuto péči předepíše buď ošetřující lékař při propuštění z nemocnice, nebo příslušný praktický lékař. Je určena člověku, jehož zdravotní stav neumožňuje navštěvovat ambulantní zdravotnická zařízení. Je možné jeho ošetřování v domácím prostředí (není tedy nutný pobyt pacienta v nemocnici), a nepotřebuje další odbornou péči. Nejčastější situace, při nichž bývá vhodné využít služeb domácí zdravotní péče, jsou:

- ▶ převazy ran;
- ▶ příprava, podání a dohled nad užitím léků všech forem;
- ▶ 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 močového.

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

### ► Sociální dávky

V rámci systému sociálních dávek je možné vyřídit na Úřadu práce ČR (kontakt viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 5 Úřad práce*, str. 192) přiznání či zvýšení sociálních dávek

(viz kapitola *II Dávky a příspěvky*, str. 96), například:

- ▶ příspěvku na péči,
- ▶ dávek pro osoby se zdravotním postižením (na zvláštní pomůcku, úpravu bytu),
- ▶ příspěvku na mobilitu,
- ▶ vystavení průkazu osob se zdravotním postižením,
- ▶ dávek pro pečující osoby v případě nedostatečných příjmů.

**POZOR:** Úřadu práce hlásí pečující osoba změny v péči o blízkou osobu – její hospitalizaci, zhoršení zdravotního stavu, změnu pobytu.

V případě potřeby může pečující osoba využít **krátkodobé** (ošetřování člena rodiny) či **dlouhodobé ošetrovné** (viz kapitola *II Dávky a příspěvky – 8 dávky nemocenského pojištění*, str. 112).

Tuto agendu vyřizuje Česká správa sociálního zabezpečení (dále též ČSSZ) prostřednictvím příslušných okresních správ (dále též OSSZ – viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 6 Česká správa sociálního zabezpečení*, str. 193). Na OSSZ se můžete obrátit také s žádostí důchody, započtení péče pečující osoby jako odpracované do důchodu po ukončení péče.

## ► Kombinace neformální péče a sociálních služeb

Na péči o blízkou osobu nemusíte zůstat sami. Vedle domácí zdravotní péče lze využít také sociální služby či pomoc dobrovolníků. S výběrem poradí sociální pracovník obce či poskytovatele sociálních služeb, úřadu práce, v případě hospitalizace ve zdravotnickém zařízení také zdravotně sociální pracovník zdravotnického zařízení (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace*, str. 126).

**Sociální služby** jsou specializované činnosti, které napomáhají člověku řešit jeho **nepříznivou sociální situaci**. Umožňují zachovávat jeho soběstačnost, usnadňují mu pobyt v jeho přirozeném prostředí, pomáhají mu zvládat běžné úkony aj.

Péči je možné kombinovat s různými **druhy služeb** (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 3 Sociální*

*služby v Pardubickém kraji*, str. 144). **Jednotlivé druhy a formy sociálních služeb** mohou být kombinovány tak, aby byly maximálně efektivní. Jejich souběh s péčí v rodině není zákonem nijak omezován.

Některé sociální služby jsou poskytované **za úhradu, jiné zdarma**. Maximální výše úhrad za jednotlivé činnosti jsou stanoveny vyhláškou č. 505/2006 Sb. Ceny lze nalézt i na webových stránkách konkrétních poskytovatelů sociálních služeb. Na úhradu sociálních služeb lze využít příspěvek na péči.

Mnozí poskytovatelé nabízejí i další (doplňkové, fakultativní 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 hraze-

Pokud si berete blízkého k sobě domů mimo jeho bydliště, doposud s vámi nebydlel, a je příjemcem nějakého důchodu, pak je dobré změnit na ČSSZ jeho adresu.

Vhodné je zřídit opečovávané osobě u bankovního ústavu **účet**.

Pokud není oprávněný příjemce důchodu schopen přijímat důchod nebo s ním nakládat z důvodu svého zdravotního stavu, může obecní úřad ustanovit tzv. **zvláštního příjemce důchodu**, který přijímá důchod a používá jej ve prospěch a dle pokynů oprávněného důchodce.



nou sociální službu, konkrétní výše vašich plateb bude vždy **uvedena ve smlouvě**, kterou s poskytovatelem sociálních služeb uzavřete.

## ► Poradenství

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. 133). Některé organizace poskytují v rámci odborného sociálního poradenství psychologickou pomoc.

## ► Tísňová péče

Pro zabezpečení blízké osoby, pokud s ní nemůže být pečující stále v kontaktu, lze využít službu **tísňové péče**. Jejím účelem je, aby lidé se sníženou soběstačností (senioři, lidé se zdravotním postižením), kteří žijí ve svém domácím prostředí, měli dostupnou podporu a pomoc v situacích ohrožení jejich života a zdraví. Služba poskytuje pomoc prostřednictvím běžných telefonů, eventuálně speciálních zařízení s tísňovým tlačítkem, GPS

apod. V případě nouze se osoba stiskem tlačítka nebo vytočením příslušného čísla spojí s nonstop dispečinkem, kde operátorky (speciálně vyškolené zdravotní sestry) zprostředkují pomoc.

Tato pomoc spočívá například v tom, že:

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

Služba je poskytována obvykle **dlouhodobě prostřednictvím specializované linky, kterou zřizují nejrůznější provozovatelé** (například obce, Anděl Strážný, Život 90, Diakonie ČCE, Život Hradec Králové aj.). 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.

## ► Terénní sociální služby

Přímo v domácnosti klientů a v jejich přirozeném pomáhají terénní sociální služby (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 3 Sociální služby v Pardubickém kraji*, str. 144), které za klientem dojíždí, dochází.



Se zajištěním péče o osobu či domácnost pomůže:

- ▶ **Pečovatelská služba** pomáhá lidem zvládnout běžné každodenní činnosti související s péčí o sebe nebo o svou domácnost (například s koupáním, oblékáním, se zajištěním jídla, s chodem domácnosti a podobně). Jejím cílem je ulehčit lidem v tom, co sami nezvládnou, a to tak, aby mohli zůstat doma a žít jako dosud.
- ▶ **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 jak jsou zvyklí.

Obě služby jsou poskytovány za úhradu a bližší informace o službách v místě vašeho bydliště vám může poskytnout sociální pracovník obce či přímo poskytovatelé sociálních služeb.

**Raná péče** je terénní či ambulantní sociální služba, poskytovaná bezplatně rodinám, které pečují o děti se zdra-

vozním postižením, nebo o děti, jejichž vývoj je ohrožen v důsledku nepříznivého zdravotního stavu. Služba může být poskytována až do 7 let věku dítěte (viz kapitola *I Životní situace a vybraná témata* – 2 *Narození dítěte se zdravotním postižením*, str. 12).

### ▶ 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. Není zde poskytováno ubytování.

Z ambulantních služeb může být domácí péče kombinována se službou **denní stacionář či centrum denních služeb**, kde je zajištěna péče o osoby s potřebou celodenní péče a podpory, které jinak pobývají doma se svou rodinou. Služby zajišťují např. pomoc při osobní hygieně, zajištění stravy, poskytují různé vzdělávací a aktivizační činnosti apod. 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 (respit-**

**ních 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.

**Odlehčovací služba** je poskytována různými formami: terénní, ambulantní či pobytovou. Je využívána, a to i opakovaně, po celý kalendářní rok k přechodnému zajištění péče či pobytu osoby, o kterou pečujete. Služba je placená. Maximální výši úhrady stanoví **vyhláška Ministerstva práce a sociálních věcí č. 505/2006**.

### ▶ Formální péče mimo domov

V situaci, kdy již nelze zajistit péči v domácím prostředí, a to 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 Pardubickém kraji*, str. 144). Zájemce o službu s poskytováním sociální služby souhlasí. Žádost může být odmítnuta pouze ze zákonných důvodů. Jedním z nich je naplněná kapacita této služby. Pokud poskytovatel odmítne uzavřít smlouvu o poskytování služby, máte právo požadovat písemné zdůvodnění.

V těchto službách je za úhradu poskytováno ubytování, strava a péče, péče a v některých službách rovněž zdravotní/ošetrovatelská péče. Způsob úhrady péče se liší v jednotlivých službách. Klientovi po odečtení nákladů na ubytování a stravu musí zůstat alespoň 15 % jeho příjmu (důchodu), resp. 25 % v případě týdenních stacionářů. Zůstatek se netýká služby poskytované v chráněném bydlení. Péče je hrazena z příspěvku na péči, ošetrovatelská péče indikovaná lékařem je hrazena z veřejného zdravotního pojištění.

Rozsah služeb je vždy nastaven **podle individuálních potřeb klientů**, podporuje jejich samostatnost či udržení jejich dosavadních schopností a posiluje jejich sociální začleňování. Konkrétní výše plateb je uvedena ve smlouvě,



kteří je uzavřena nejpozději v den nástupu do sociální služby.

Z pobytových služeb lze využít:

- ▶ **Chráněné bydlení** je poskytováno 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 obývající 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 poskytována za úhradu podle skutečného rozsahu poskytované pomoci.
- ▶ **Týdenní stacionáře** jsou určeny lidem se sníženou soběstačností z důvodu věku nebo zdravotního postižení a osobám s chronickým duševním onemocněním. Nabízí celodenní péči zpravidla od pondělí do pátku, na víkend se lidé vrací do své rodiny.
- ▶ **Domovy pro seniory** se zaměřují na osoby, jejichž soběstačnost je snížena zejména z důvodu věku

a jejichž situace vyžaduje pravidelnou celodenní pomoc jiné fyzické osoby v zařízení sociálních služeb. Je k dispozici zpravidla seniorům nad 60 let výše.

- ▶ **Domovy se zvláštním režimem** jsou určeny lidem se sníženou soběstačností z důvodu chronického duševního onemocnění nebo závislosti na návykových látkách, lidem s Alzheimerovou nemocí a ostatními typy demencí. Služby v domovech se zvláštním režimem jsou nabízeny lidem různého věku dle zaměření služby a jsou přizpůsobeny specifickým potřebám klientů (například dezorientace).
- ▶ **Domovy pro osoby se zdravotním postižením** jsou k dispozici lidem se sníženou soběstačností z důvodu zdravotního postižení (mentální, tělesné, smyslové či kombinované), kteří potřebují celodenní péči v rozsahu 7 dní v týdnu. Služba je nabízena v tzv. komunitních zařízeních umístěných v domech a bytech v běžné zástavbě nebo v tzv. ústavních zařízeních.

Při pokročilém stádiu nevyléčitelné choroby a závěrečné fázi života se některé pobytové sociální služby zaměřují na tzv. **paliativní (hospicovou péči)**.

Hospicová lůžka či lůžka paliativní péče jsou k dispozici i v některých léčebnách dlouhodobě nemocných.

Sociální služby mají často navázanou spolupráci s **dobrovolníky**, kteří

se věnují druhým neformálně a v pomáhají tak zdarma při nejrůznějších aktivitách vedoucích ke zkvalitnění péče.



### Co je dobré ještě vědět?

**Služby sociální péče jsou vykonávány na základě oprávnění neboli registrace.** Toto oprávnění vydávají krajské úřady poskytovateli sociální služby na základě splnění zákonných podmínek (např. dostatečné materiální vybavení, vhodné technické zázemí, správná hygienická úroveň a odborně způsobilý personál). Registrovaný poskytovatel je podle zákona povinen uzavírat mimo jiné smlouvy o poskytnutí sociálních služeb, chrání práva uživatelů, dodržuje standardy služeb a limity úhrad za poskytnuté služby. Podléhá také kontrole prováděné Inspekcí sociálních služeb

<https://www.mpsv.cz/web/cz/inspekce-socialnich-sluzeb>.

**Pečovat bez registrace může asistent sociální péče** – jedná se o jinou fyzickou osobu než osobu blízkou, která může poskytovat péči osobě závislé na péči jiné fyzické osoby. Tato fyzická osoba musí být starší 18 let a zdravotně způsobilá. Péči neposkytuje jako podnikatel a nepotřebuje tedy registraci. Je uvedena jako pečující osoba v žádosti o příspěvek na péči – formuláři „oznámení o poskytovateli pomoci“. Asistent sociální péče je povinen s osobou, které poskytuje pomoc, uzavřít písemnou smlouvu o poskytnutí pomoci.

**Neregistrované zařízení/služba** – jde o službu, která vyvolává dojem, že se jedná o pobytovou sociální službu, avšak nemá registraci a stojí „mimo“ zákon. Jde zejména o služby ubytovací, stravovací či ošetrovatelskou péči. Tyto služby jsou většinou vykonávány na základě živnostenského oprávnění, což však zákon nedovoluje, bez jakéhokoliv oprávnění nebo prostřednictvím asistentů sociální péče pečujících o více osob. Provozovatel takového zařízení se na veřejnosti prezentuje často jako domov pro seniory, penzion, ubytovací zařízení. Na tyto služby je třeba dávat si pozor, neboť porušují a nedostatečně chrání práva svých klientů a nezdědka také zneužívají státní příspěvky na péči.

# 19 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 tišit bolest, mírnit tělesné a duševní strádání, zachovávat důstojnost pacienta 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 paliativní péče (tzv. mobilní hospic)

**Domácí paliativní péče (tzv. mobilní hospic)** pomáhá lidem prožít důstojným způsobem a v rodinném kruhu poslední období života. Do domácnosti pacienta pravidelně docházejí odborníci z řad lékařů, zdravotních sester, psychoterapeutů, sociálních pracovníků, duchovních, dobrovolníků a poskytují potřebnou péči. Četnost návštěv a péče závisí na konkrétních požadavcích a potřebách pacienta a jeho rodiny.

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

Domácí paliativní 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 **domácí dětská paliativní péče energie o.p.s.** – registrované nestátní zdravotnické zařízení. Nabízí komplexní péči zaměřenou na somatické, psychické, sociální i spirituální potřeby nemocného dítěte. Zahrnuje také poskytování podpory rodině nemocného dítěte. Více informací najdete na: <http://www.detskapaliativnipecce.cz/>.

## ► Hospicová péče mimo domov

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

## 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.

**Lůžkový hospic** je zdravotnické zařízení poskytující nepřetržitou péči pacientům v závěrečné tzv. terminální fázi jejich nemoci. 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 (odlehčovací) 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 a informace – 4 Zdravotnické služby v Pardubickém kraji**, str. 181).

## ► Pomůcky pro paliativní péči

Péči o umírajícího člověka může usnadnit řada pomůcek. Ty pomohou jak nemocnému k lepší kvalitě života, tak pečujícím ke snadnější péči. Většina kompenzačních pomůcek je hrazena zdravotními pojišťovnami, a to v plné výši nebo jen částečně. Konkrétní pomůcku Vám může předepsat lékař na „poukaz“. Dle typu pomůcky to může být lékař praktický nebo odborný, nejčastěji neurolog, rehabilitační lékař, ortoped nebo geriatr. Některé pomůcky jsou dostupné v **půjčovnách kompenzačních pomůcek**. 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 **I Životní situace a vybraná témata – 18 Péče o osobu blízkou**, str. 76.

## ► Úmrtí a pohřeb

V případě **úmrtí blízké osoby doma** je nezbytné přivolat lékaře, který konstatuje úmrtí. Prohlídka těla zemřelého je prováděna vždy. K ohledání těla můžete přivolat praktického lékaře zemřelého.

Pokud není schopen dorazit, je třeba zavolat na linku 155, a lékaře zastoupí lékař **Zdravotnické záchranné služby Pardubického kraje**, se kterou má Pardubický kraj pro tyto účely uzavřenou smlouvu.

Lékař sepíše **List o prohlídce zemřelého**, ve kterém stanoví datum a předpokládaný čas úmrtí, případně nařídí zdravotní pitvu (pozn.: převoz na pitvu hradí vždy zdravotní pojišťovna zemřelého, nikoli pozůstalá rodina).

Při **úmrtí v nemocnici nebo jiném zdravotním zařízení** vystaví **List o prohlídce zemřelého** místní lékař a je informována rodina. Osobní věci zemřelého si vyzvedne někdo z jeho příbuzných. Obdobné je to při **úmrtí v pobytových sociálních službách** (týdenní stacionáře, domovy pro osoby se zdravotním postižením, domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem). Zařízení sociálních služeb, ale i zdravotnická zařízení (nemocnice, léčebny

dlouhodobě nemocných) zajišťují a nesou náklady spojené s uložením lidských pozůstatků po dobu nejvýše **48 hodin od úmrtí**. Po uplynutí této doby nese náklady s tímto spojené vypravitel pohřbu. **Sjednat pohřeb je nutné nejpozději do 96 hodin od úmrtí**.

**Převoz zemřelého** a vyzvednutí nutných dokumentů většinou vyřizuje **pohřební služba**. Pohřební službu si vybírá vypravitel pohřbu. Kontaktovat lze kteroukoliv pohřební službu nezávisle na místě úmrtí, kdykoliv a v jakoukoliv dobu.

**Úmrtí list vystaví matrika** příslušná podle místa úmrtí, nikoliv podle trvalého bydliště. Vystavení trvá do 30 dnů od obdržení Listu o prohlídce zemřelého, a vydává se vypraviteli pohřbu na základě informací od pohřební služby.

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

Při úmrtí beze svědků je nezbytné volat Policii ČR. Tu volá v těchto případech při výjezdu i záchranná služba, aby místo ohledala a vyloučila tak případné cizí zavinění. V případech úmrtí beze svědků je vždy nařízena pitva a převoz na ni hradí zdravotní pojišťovna. V případě, že lékař či vyšetřovatel vybere pohřební službu, mají pozůstalí možnost – například druhý den, vybrat si dle svého uvážení jinou pohřební službu.



Cena pohřbu se odvíjí od druhu pohřbení a je velmi individuální, zvyšuje se společně s inflací a dalšími faktory. Při sjednání pohřbu je potřeba složit **zálohu za objednanou službu**.

Varianty pohřbu:

- ▶ **Žeh bez obřadu** – zpopelnění bez provedení smutečního obřadu v obřadní síni.
- ▶ **Žeh s obřadem** – rozloučení v obřadní síni nebo v kostele, kapli či na jiném pietním místě s následným zpopelněním (kremací).
- ▶ **Pohřeb s uložením do země** – klasický církevní pohřeb a následné uložení do země (podrobnosti je třeba domluvit s příslušným farářem nebo knězem).

Pozn.: ukládání uren do hrobů se musí hlásit na hřbitovní správu daného hřbitova, aby došlo k záznamu v evidenci.

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

### ▶ Co po úmrtí zajistit?

V případě **úmrtí příjemce důchodu** není třeba informovat Českou správu

sociálního zabezpečení, neboť tuto povinnost mají úřady pověřené vedením matrik.

V situaci, kdy byli zemřelí **příjemci příspěvku na péči**, a pečovala o ně osoba blízká, má tato osoba povinnost ohlásit úmrtí Úřadu práce ČR ve lhůtě 8 dnů ode dne úmrtí (pozn. tuto povinnost má poskytovatel sociálních služeb v případě úmrtí v sociální službě, kde byla pomoc poskytována).

**Osobní doklady** (občanský průkaz, řidičský průkaz, průkaz pojištěnce, cestovní pas, průkaz osoby se zdravotním pojištěním aj.) zemřelých je třeba vrátit 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 – 9 Dávky důchodového pojištění*, str. 119), o které je třeba požádat na příslušné Okresní správě sociálního zabezpečení.

V zákonem daných případech vzniká nárok na jednorázový příspěvek 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.

Po úmrtí je zahájeno **dědické řízení**. Na základě informace z matriky pověří okresní soud (podle trvalého bydliště zemřelého) notáře. Jakmile notář obdrží od soudu pověření a spis, pozve k předběžnému šetření osobu, která je uvedena jako vypravitel pohřbu, a vede dědické řízení.





# 20 Jsem cizincem a žiji v ČR

Pokud jste cizinec a potřebujete poradit, můžete využít služeb *integračních center* či nevládních neziskových organizací. 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. 133).

## ► Podmínky pro vstup a pobyt v ČR

Otázka pobytu se vždy řídí zákonem č. 326/1999 Sb., o pobytu cizinců na území České republiky. 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.

### Podmínka pro udělení občanství

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

Zkušební testy ke zkoušce z českého jazyka jsou dostupné u žádosti o občanství:

<https://cestina-pro-cizince.cz/obcanstvi/zkouska-z-ceskeho-jazyka/informace-o-zkousce-jazyk/>



Informace pro **trvalý pobyt** naleznete na stránkách Ministerstva vnitra ČR, nebo na webových stránkách: <https://cestina-pro-cizince.cz/trvaly-pobyt/>.

Informace k **občanství** jsou dostupné na stránkách Ministerstva vnitra ČR nebo na webových stránkách: <http://obcanstvi.cestina-pro-cizince.cz/>.

## ► Občanství (platí pro občany EU i mimo EU)

Podle zákona č. 186/2013 Sb., o nabytí a pozbytí občanství České republiky, mají cizinci s **povolným 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 ČR.

## ► Zaměstnávání

Zaměstnávání cizinců v ČR se řídí zákonem práce (262/2006 Sb.) a zákonem o zaměstnanosti (435/2004 Sb.). V případě pochybení ze strany zaměstnavatele se lze obrátit na inspektorát práce.

Informace k zaměstnávání cizinců a vstupu na trh práce jsou na stránkách Ministerstva práce a sociálních věcí, 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 (praktického, pediatra, gynekologa, apod.) 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 a informace – 2 Poradenské služby*, str. 133), které mívají informace o volných kapacitách pro přijímání nových pacientů. Jestliže cizinec nemluví česky, bývá nutný doprovod tlumočnicka.

V případě akutního problému je nutné 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 Pardubickém kraji*, str. 181).

## ► 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 správě sociálního zabezpečení (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 5 Úřad práce*, str. 192, a *6 Česká správa sociálního zabezpečení*, str. 193).

### ► 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 a informace – 3 Sociální služby v Pardubickém kraji*, str. 144).

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.

### ► Uprchlíci z Ukrajiny v ČR

V návaznosti na krizi spojenou s válkou na Ukrajině je situace uprchlíků z Ukrajiny na našem území řešena speciálním zákonem. Jedná se o tzv. **Lex Ukrajina** (zákon č. 65/2022 Sb., o některých opatřeních v souvislosti s ozbrojeným konfliktem na území

Ukrajiny vyvolaným invází vojsk Ruské federace). Zákon je účinný od 21. 3. 2022 a je pravidelně novelizován. Na jeho základě mohou lidé prchající před válkou získat v naší republice **dočasnou ochranu** a na ni navázané možnosti pomoci.

Podpora cizinců s dočasnou ochranou je zabezpečena speciální **humanitární dávkou**. Tato dávka je pojata jako příspěvek na životní potřeby a zároveň příspěvek na bydlení. Při posuzování nároku na tuto dávku jsou zohledňovány veškeré příjmy a případné úspory žadatelů. Podobně jako obdobné dávky pro české občany se její výše odvíjí od životního a existenčního minima. O tuto dávku je možné žádat formou on-line. Informace k této dávce jsou dostupné na webových stránkách: <https://www.mpsv.cz/humanitarni-davka>.

V návaznosti a posuzování pomoci uprchlíkům z Ukrajiny jsou dále rozlišovány nezranitelné a **zranitelné osoby**. Zranitelné osoby, které mají zároveň nárok na humanitární dávku, mají nárok i na bezplatné ubytování poskytované státem.

Cizinci s dočasnou ochranu nemají nárok na dávky státní sociální podpory, na opakující se dávky pomoci v hmotné

## Organizace pracující v Pardubickém kraji s cizinci



**MOST PRO o.p.s.** – nabízí poradenství, tlumočení, asistenci. Dále poskytuje **sociální 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 a informace – 2 Poradenské služby*, str. 133).

**Kalyna – Komunitní uprchlické centrum** – vzniklo v reakci na válku na Ukrajině v Pardubicích. Podporuje vzájemné nekonfliktní soužití a dialog mezi majoritou a cizinci. Pořádají četné komunitní akce.

nouzi, na příspěvek na mobilitu, příspěvek na zvláštní pomůcku a na průkaz osoby se zdravotním postižením, na příspěvek na péči, na dávku náhradního výživného.

Za určitých, individuálně posuzovaných podmínek, mohou žádat o jednorázovou dávku mimořádné okamžité pomoci na Úřadu práce ČR (nárok na ni nevzniká automaticky). Informace k této dávce naleznete na webových stránkách:

<https://www.mpsv.cz/-/mimoradna-okamzita-pomoc>.

Informace pro uprchlíky z Ukrajiny jsou aktualizovány na stránkách Ministerstva práce a sociálních věcí ČR: <https://www.mpsv.cz/pomoc-ukrajine> i na stránkách Ministerstva vnitra ČR <https://www.nasiukrajinci.cz/>. Aktuální informace k pomoci uprchlíkům z Ukrajiny je třeba sledovat na oficiálním webovém portále Ministerstva vnitra ČR: <https://frs.gov.cz/docasna-ochrana/>.

# Dávky a příspěvky

1 Dávky státní sociální podpory .....	98
2 Dávky pomoci v hmotné nouzi.....	101
3 Životní a existenční minimum.....	103
4 Příspěvek na péči .....	104
5 Dávky pro osoby se zdravotním postižením .....	106
6 Náhradní výživné.....	109
7 Dávky pěstounské péče .....	110
8 Dávky nemocenského pojištění .....	112
9 Dávky důchodového pojištění.....	119
10 Dávky v nezaměstnanosti .....	124

Informace o podmínkách nároku a výše jednotlivých dávek a příspěvků jsou aktuální k dubnu 2024. Aktuální informace k pozdějšímu datu naleznete na webových stránkách MPSV a dalších uvedených institucí.

# 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. 192).

## ► 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 peněžité pomoci v mateřství** (viz kapitola **II Dávky a příspěvky – 8 Dávky nemocenského pojištění**, str. 112).

**Nárok na rodičovský příspěvek** nevznikne automaticky. V případech, kdy rodič neměl nárok na peněžitou pomoc v mateřství, vyplácí se rodi-

čovský příspěvek již od narození dítěte. Na tuto dávku má nárok **rodič, který po celý kalendářní měsíc pečuje o nejmladší dítě v rodině**. Maximální doba pobírání rodičovského příspěvku je **do 3 let dítěte**, nejdéle však do vyčerpání celkové částky.

**Výši rodičovského příspěvku** lze měnit jednou za 3 měsíce. Celková částka rodičovského příspěvku činí **350 tisíc korun**. V případě narození **dvojčat a vícčet** jde o **525 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.

## ► Přídavek na dítě

O přídávky 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.

Nárok na přídavek na dítě má nezaopatřené dítě, které žije v rodině, jejíž rozhodný příjem je nižší než 3,4násobek životního minima rodiny.

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.

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

**Měsíční výše přídávku na dítě** činí u nezaopatřeného dítěte:

a) do 6 let	830 Kč
b) od 6 do 15 let	970 Kč
c) od 15 do 26 let	1 080 Kč

**V určitých případech může být vyplácená měsíční částka vyšší**, a to tehdy, když alespoň jeden ze členů rodiny má v každém měsíci rozhodného období zákonem stanovené příjmy (například z výdělečné činnosti, nebo z některých dávek).

**Pokud tuto podmínku alespoň jeden člen rodiny splňuje, vyplácí se**

**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.

**přídavek na dítě ve zvýšené výměře, která činí:**

a) do 6 let	1 330 Kč
b) od 6 do 15 let	1 470 Kč
c) od 15 do 26 let	1 580 Kč

## ► Příspěvek na bydlení

V případech, kdy dojde k výraznému snížení příjmu v domácnosti, je možné požádat o **příspěvek na bydlení**. Tato dávka slouží pro úhradu nákladů na bydlení pro vlastníky a nájemce bytu.

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.



Do **nákladů na bydlení** se počítá 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 společných prostor v domě, 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 **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. 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. Pohřebné je stanoveno pevnou částkou ve výši 5 000 Kč, kterou lze uhradit náklady spojené s vypravením pohřbu.

Rodičovský příspěvek, přídavek na dítě a příspěvek na bydlení lze vyřídit i bez návštěvy úřadu z domova elektronicky v klientské zóně Jenda:

<https://jenda.mpsv.cz/>.



## 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. 192).

### ► 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 **II Dávky a příspěvky – 3 Životní a existenční minimum**, str. 103). Částka živobytí osoby se zvyšuje, pokud její zdravotní stav vyžaduje podle doporu-

čení příslušného odborného lékaře zvýšené náklady na dietní stravování.

### ► 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 **II Dávky a příspěvky – 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 pobytových 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 situace:

- ▶ 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 živelná pohroma (povodeň, vichřice 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 prokázané ztrátě 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 pořízením 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 sociálně-právní 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** (viz kapitola II *Dávky a příspěvky – 1 Dávky státní sociální podpory*, str. 98), 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. 192). 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 **Institutu posuzování zdravotního stavu**, který je v působnosti České správy sociálního zabezpečení (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 6 Česká správa sociálního zabezpečení*, str. 193). 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**.

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



**Příspěvek na péči náleží osobě, o níž má být pečováno, nikoliv osobě, která péči zajišťuje. Nemůže být přiznán dítěti, které je mladší než jeden rok.**

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

- ▶ **mobilita** (zvládat vstávání, usedání, chůze 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 okolnos-

tem, 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 (č. 108/2006 Sb., o sociálních službách) rozeznává **čtyři stupně závislosti** na pomoci jiné osoby, a to od **mírné závislosti** až po **závislost úplně**.

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);
- ▶ **19 200 Kč**, jde-li o stupeň IV (úplná závislost).

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);
- ▶ **19 200 Kč**, jde-li o stupeň IV (úplná závislost).

Do osmi dnů je třeba hlásit úřadu práce změny týkající se péče, například pečující osoby, hospitalizaci 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 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. 192). 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. 133).

## ► 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 pří-

spěvek na mobilitu i **žádost o průkaz osoby se zdravotním postižením**.

**Výše příspěvku na mobilitu činí 900 Kč za kalendářní měsíc.**

Pokud jste celý kalendářní měsíc hospitalizovaní v nemocnici nebo v lázních, 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, že:

- se musí 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 (např. vyhrazené místo ve veřejných dopravních prostředcích, přednost při osobním projednávání záležitosti, bezplatnou MHD, slevu na vnitrostátní dopravu). 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.

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, vodicího 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 vodicího 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 kalkulačtor s hla-

sovým 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.

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.

### ▶ Výše příspěvku

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, sčítají 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.

## 6 Náhradní výživné

Je sociální dávka určená samoživitelům a samoživitelkám a jejich nezaopatřeným dětem, kterým druhý rodič neplatí soudem stanovené výživné. A to vůbec nebo platí pouze část. Náhradní výživné vyplácí Úřad práce ČR (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 5 Úřad práce*, str. 192) podle místa trvalého bydliště nezaopatřeného dítěte (viz kapitola *II Dávky a příspěvky – 1 Dávky státní sociální podpory*, str. 98).

Aby vznikl nárok na dávku, musí být splněny tyto podmínky:

- ▶ musí být soudem stanovené výživné nebo soudem schválená dohoda rodičů;
- ▶ musí být zahájen proces vymáhání dlužného výživného (podán návrh na exekuci nebo návrh na soudní výkon rozhodnutí).

Výše náhradního výživného odpovídá soudem stanovené výši, maximálně 3 000 Kč měsíčně. Pokud dostáváte pouze část výživného, dostanete dorovnání do **maximální výše 3 000 Kč**.

Náhradní výživné se vyplácí maximálně po dobu 24 měsíců, přičemž každé 4 měsíce budete dokládat, že výživné není nadále hrazeno (nebo v nižší výši) a probíhá exekuční řízení nebo řízení o soudním výkonu rozhodnutí.

# 7 Dávky pěstounské péče

Pěstounskou péči můžeme rozdělit na **zprostředkovanou** (krajským úřadem) a **nezprostředkovanou**.

## ► Odměna pěstouna

Je určena zprostředkovaným i nezprostředkovaným pěstounům a pěstounům na přechodnou dobu. Odměnu pěstouna je daný pěstoun oprávněn pobírat i po nabytí zletilosti daného dítěte až do 26 let jeho věku za předpokladu, že je dítě nezaopatřené (studuje), trvale žije s pěstounem a zároveň na základě svého rozhodnutí nepobírá opakující se zaopatřovací příspěvek. Výše odměny pěstouna se odvíjí od násobku zákonem daného koeficientu a minimální mzdy v závislosti na typu poskytované pěstounské péče, počtu svěřených dětí a jejich zdravotním stavu.

## ► Příspěvek na úhradu potřeb dítěte

Prostřednictvím této opakovaně vyplácené dávky pomáhá stát pěstounům pokrýt výdaje spojené s péčí o dítě. Tedy např. na nákup oblečení, obuvi, osobních potřeb nebo třeba školních pomůcek. Nárok na dávku má nezletilé nezaopatřené dítě svěřené

do pěstounské péče, pěstounské péče na přechodnou dobu nebo poručenství. Výše dávky se odvíjí od věku dítěte. Ovlivňuje ji také případné zdravotní postižení svěřeného dítěte a stupeň jeho závislosti na pomoci jiné fyzické osoby.

## ► Příspěvek při převzetí dítěte

Příspěvek při převzetí dítěte je jednorázovou dávkou určenou pro nákup potřebného vybavení pro dítě přicházející do náhradní rodinné péče.

## ► Příspěvek na zakoupení osobního motorového vozidla

Jednorázová dávka v maximální výši 70 % pořizovací ceny vozidla nebo výdajů na opravu.

## ► Zaopatřovací příspěvek

**Zaopatřovací příspěvek je forma finanční podpory pro mladé dospělé odcházející z náhradní rodinné (pěstounské a poručenské) péče nebo ústavní výchovy.**

Slouží k podpoře dětí, respektive mladých dospělých, znevýhodněných

tím, že prošli náhradní péčí – vychovávali je pěstouni nebo byli vychováni v ústavním zařízení.

Zaopatřovací příspěvek je opakovaná nebo jednorázová dávka.

### Opakovaný zaopatřovací příspěvek.

- ve výši 17 250 Kč/měsíc;
- může být vyplácen do 26 let věku nezaopatřeného mladého dospělého (podmínkou je studium a spolupráce se sociálním kurátorem, s kterým má mladý dospělý vypracovaný individuální plán a poskytuje součinnost při jeho vyhodnocování a aktualizaci);
- více informací najdete na <https://www.uradprace.cz/web/cz/zaopatrovaci-prispevek-opakujici-se1>

### Jednorázový zaopatřovací příspěvek.

- ve výši 28 750 Kč;
- vyplácí se pouze jednou;
- více informací na <https://www.uradprace.cz/web/cz/zaopatrovaci-prispevek-jednorazovy1>

Dávky pěstounské péče jsou vypláceny Úřadem práce ČR (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 5 Úřad práce**, str. 192).





# 8 Dávky nemocenského pojištění

Patří mezi pojistné sociální dávky nemocenského pojištění, které vyřizují **okresní správy sociálního zabezpečení** v místě vašeho bydliště (viz kapitola *III Užitečné kontakty a informace – 6 Česká správa sociálního zabezpečení*, str. 193). 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** (zákon č. 187/2006 Sb., o nemocenském pojištění) **a je povinná**. Nemocenské pojištění za ně odvádí zaměstnavatel. Osoby samostatně výdělečně činné (dále též 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 kalendářních 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.

**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 **10 000 Kč měsíčně – u DPP;**
- než **4 000 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 vám bude proplaceno nemocenské formou náhrady mzdy od vašeho zaměstnavatele.

**Výše nemocenské dávky (od 15. dne pracovní neschopnosti)** se odvíjí

## 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.

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 ČSSZ, 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).

od mzdy, která je však redukována a zastropována.

**Výše nemocenské dávky** 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.

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.

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 měsíců 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.

### ▶ 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 zaměst-

navatelé). **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**. Rodiče či jiné oprávněné osoby se přitom mohou v ošetřování vystřídat, ale pouze jednou. Maximální doba poskytování ošetřovného se však tímto vystřídáním neprodlužuje.

**Výše ošetřovného** od prvního kalendářního dne činí 60 % redukováného denního vyměřovacího základu za kalendářní den. Denní vyměřovací základ představuje průměrný denní příjem zpravidla za posledních 12 kalendářních měsíců.

### ▶ 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 střídát.**

**Podmínky pro nárok na dlouhodobé ošetřovné:**

- ▶ ošetřovaný strávil alespoň **4 dny 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 4 měsících alespoň 90 dnů**, u OSVČ v posledních třech měsících;

**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.



- ▶ 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.

Žádost o vyrovnávací 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.



## ▶ Vyrovnávací příspěvek v těhotenství a mateřství

**Vyrovnávací 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.

Vyrovnávací 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.

Výše vyrovnávacího příspěvku činí výši rozdílu mezi denním vyměřovacím základem zjištěným ke dni převedení zaměstnankyně na jinou práci a průměrem jejich započitatelných příjmů připadajícím na jeden kalendářní den v jednotlivých kalendářních měsících po tomto převedení.

## ▶ Peněžité 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 pojištění 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 a 180 kalendářních dnů v posledním roce přede dnem počátku podpůrcí doby**.

Žena by měla nastoupit na mateřskou dovolenou **6 až 8 týdnů před termínem porodu**. Podpůrcí doba činí

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.



28 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 **Peněžité 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 pobožce ČSSZ.

**Výše peněžité pomoci v mateřství** činí 70 % redukováného denního vyměřovacího základu. Ten se zjišťuje z příjmu za 12 kalendářních měsíců před nástupem na dávku.

Mateřskou vám **vyplatí** okresní pobožka ČSSZ (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 6 Česká správa sociálního zabezpečení**, str. 193) 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 podkladů.**

## ► Otcovská

Pokud máte dítě mladší 6 týdnů, můžete nastoupit na tzv. **otcovskou dovolenou**, která trvá 14 kalendářních dní (započítávají se i svátky a víkendy).

O tuto dávku se žádá na předepsaném tiskopisu s názvem **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.

### Co musíte splňovat:

- mít nemocenské 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 vyměřovacího základu a **vyplácí se zpětně**.



# 9 Dávky důchodového pojištění

O **dávky důchodového pojištění** můžete požádat na příslušné okresní **správě sociálního zabezpečení** v místě vašeho bydliště (viz kapitola **III Užitečné kontakty a informace – 6 Česká správa sociálního zabezpečení**, str. 193). 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

Odejit do **starobního důchodu** máte právo, nikoliv povinnost. Dosažení důchodového věku a nároku na důchod není důvodem pro ukončení zaměstnání ani podnikání. Ve výdělečné čin-

nosti lze pokračovat i po vzniku nároku na důchod a zvýšit si tak budoucí důchod.

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.
- **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.

Od 1. 1. 2024 došlo ke změně struktury České správy sociálního zabezpečení. Okresní správy v našem kraji organizačně spadají nově pod **Územní správu sociálního zabezpečení (ÚSSZ)** se sídlem v Liberci.

Nedochází k uzavření žádné z okresních správ, označeny budou stejně jako doposud. Klienti budou moci využívat služeb okresní správy, na kterou jsou zvyklí, a navíc budou mít možnost navštívit i kteroukoliv jinou okresní správu dle vlastní volby.

Od 1. 1. 2024 vznikl v působnosti České správy sociálního zabezpečení samostatný **Institut posuzování zdravotního stavu (IPZS)**, dříve Lékařská posudková služba, se sídlem v Hradci Králové.





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. 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. Tyto údaje nově zjistíte i v **Informativní důchodové aplikaci (IDA)** ePortálu ČSSZ na <https://eportal.cssz.cz/>, kam se můžete přihlásit z domova přes vaši bankovní identitu.



#### 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.

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**. Přiznání předčasného starobního důchodu je nevratné a vylučuje nárok na řádný starobní důchod. Doba, o kterou se odchází do důchodu dříve, sníží výši důchodu, přičemž toto krá-

cení důchodu je trvalé. Ani přiznání předčasného starobního důchodu nebrání v možnosti přivydělat si, ale pouze v případě, že výdělečná činnost nezaloží účast na důchodovém pojištění (není odváděno pojistné na sociální zabezpečení).

Zvýšit starobní důchod je možné v rámci tzv. výchovného, kdy dochází ke zvýšení procentní výměry důchodu za každé dítě o 500 Kč, které poživatel důchodu vychoval.

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

**Důchody jsou na základě rozhodnutí vlády nepravdělně 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 posudkový lékař Institutu pro posuzování zdravotního stavu (IPZS).

#### 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.

Invalidní důchod **nemusí být přiznán trvale, 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 č. 155/1995 Sb., 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 poživatелеm 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**.

Po uplynutí jednoho roku pokračuje výplata, pokud:

- pečujete o nezaopatřené dítě (viz kapitola *II Dávky a příspěvky – 1 Dávky státní sociální podpory*, str. 98);
- 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.**

**Důchod se skládá ze dvou částí:**

- **základní výměra** – je stanovena pevnou částkou a je jednotná pro všechny;

Nárok na důchod končí, jestliže se znovu vdáte nebo oženíte. Tuto skutečnost musíte ČSSZ do 8 dnů nahlásit.

- **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.

## ► Sirotčí důchod

**Nezaopatřené dítě** (viz kapitola *II Dávky a příspěvky – 1 Dávky státní sociální podpory*, str. 98) **má nárok na sirotčí důchod** po zemřelém 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.

**Důchod se skládá ze dvou částí:**

- **základní výměra** – je stanovena pevnou částkou a je jednotná pro všechny;
- **procentní výměra** – 40 % procentní výměry důchodu, na který v době smrti měl zemřelý nárok (nebo ho pobíral).

Výši důchodu ovlivňuje délka doby důchodového pojištění po zemřelé osobě a výše jejích výdělků dosažených v rozhodném období.

Starobní, invalidní nebo pozůstalostní důchod lze vyřídit i bez návštěvy úřadu z domova elektronicky na ePortálu:

<https://eportal.cssz.cz/web/portal/-sluzby/zadost-o-duchod>



# 10 Dávky v nezaměstnanosti

Žádosti 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. 192). 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.

**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 podpůrčí doby 11 % průměrné mzdy.

## ► 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**. Může ji pobírat po celou dobu trvání rekvalifikace. **Činí 60 % z průměrného měsíčního čistého výdělku nebo výměřovacího základu**. Náklady hradí úřad práce na základě písemně uzavřené dohody s účastníkem.

**Podpůrčí 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.

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



# Užitečné kontakty a informace

1 Když nevíte kudy kam.....	128
2 Poradenské služby.....	133
3 Sociální služby v Pardubickém kraji .....	144
4 Zdravotní služby v Pardubickém kraji .....	181
5 Úřad práce.....	192
6 Česká správa sociálního zabezpečení.....	193
7 Probační a mediační služba .....	194
8 Nadace .....	194
9 Okresní soudy v Pardubickém kraji .....	195
10 Mateřská a rodinná centra .....	196
11 Doprovázející organizace .....	198

Kontaktní informace jsou aktuální k dubnu 2024.



# 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. 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. Dávky nevyplácí, ale pomůže s vyplněním žádosti o ně, se získáním potřebných podkladů, a nasměruje klienta na příslušné instituce. V případě, kdy není v jeho kompetenci osobě pomoci, poradí, kde pomoc najít.

### 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 na str. 130 a 132.

## ► Sociální kurátor pro dospělé

Je rovněž sociální pracovník, který pracuje jen na obci s rozšířenou působností. Tento pracovník obvykle pomáhá osobám bez přístřeší, osobám po výkonu trestu odnětí svobody a dalším klientům. Kontakty na obecní úřady obcí s rozšířenou působností najdete na str. 130.

## ► Orgán sociálně-právní ochrany dětí (OSPOD)

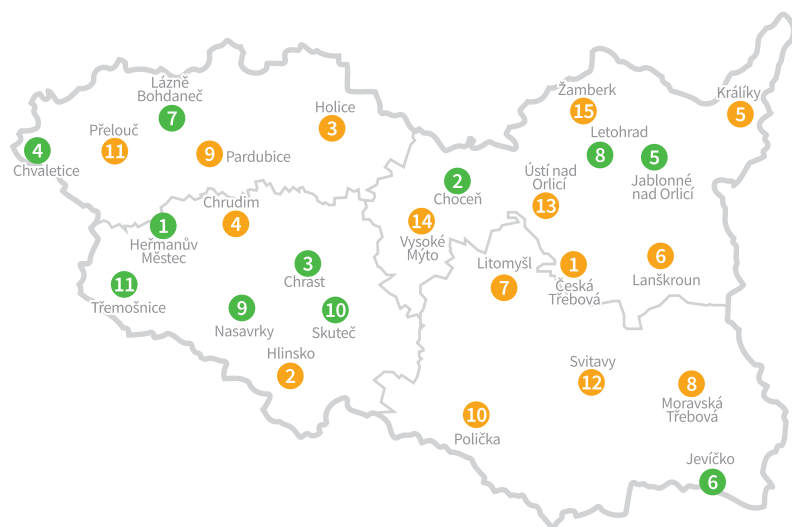
Ochrana dítěte je širším pojmem než sociálně-právní ochrana, zahrnuje tak ochranu rozsáhlého souboru práv a oprávněných zájmů dítěte. Základním principem sociálně-právní ochrany dětí je zájem a blaho dítěte, ochrana rodičovství a rodiny, vzájemné právo rodičů a dětí na rodičovskou péči a výchovu. Svou pozornost a pomoc zaměřuje na dítě na uspokojení jeho potřeb a zajištění jeho práv. Je poskytována všem dětem, které se nachází na

území ČR bez ohledu na jejich občanství. 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 zaměřuje na kolizní opatrovnictví a terénní sociální práci, která je zaměřená na nezletilé děti a jejich rodiny v dalších oblastech. Na OSPOD se může obrátit dítě, rodiče či jiné osoby, které o děti pečují, státní instituce, neziskové organizace a osoby, které vnímají, že je ohroženo bezpečí dítěte.

Kontakty na sociální pracovníky OSPOD, kteří působí na obecních úřadech obcí s rozšířenou působností, najdete na str. 130.



## ► 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 sociálně-právní ochrany dětí, kurátoři pro děti a mládež, pracovníci prevence kriminality, protidrogoví koordinátoři, romští poradci:

#### Městský úřad Česká Třebová

- 1** Staré náměstí 78, 560 02 Česká Třebová; [www.ceska-trebova.cz](http://www.ceska-trebova.cz); tel.: 465 500 111  
Pozn.: odbor sociálních věcí sídlí na adrese: Habrmanova 1642, Česká Třebová; tel.: 465 500 231 (vedoucí odboru)

#### Městský úřad Hlinsko

- 2** Poděbradovo náměstí 1, 539 23 Hlinsko; [www.hlinsko.cz](http://www.hlinsko.cz); tel.: 469 326 111  
Pozn. Odbor sociálních věcí, školství a zdravotnictví sídlí na adrese: Poděbradovo náměstí 1570, Hlinsko; tel.: 469 315 371 (vedoucí odboru)

#### Městský úřad Holice

- 3** Holubova 1, 534 01 Holice; [www.holice.eu](http://www.holice.eu); tel.: 466 741 211  
Pozn.: sociální odbor sídlí na stejné adrese; tel.: 466 741 270 (vedoucí odboru)

#### Městský úřad Chrudim

- 4** Resselovo nám. 77, 537 16 Chrudim; [www.chrudim.eu](http://www.chrudim.eu); tel.: 469 657 111  
Pozn.: odbor sociálních věcí sídlí na adrese: Pardubická 53, Chrudim; tel.: 469 657 580 (vedoucí odboru)

#### Městský úřad Králíky

- 5** Velké náměstí 5, 561 69 Králíky; [www.kraliky.eu](http://www.kraliky.eu); tel.: 465 670 801  
Pozn.: odbor sociálních věcí a zdravotnictví sídlí na adrese: Karla Čapka 316, Králíky; tel.: 465 670 861 (vedoucí odboru)

#### Městský úřad Lanškroun

- 6** nám. J. M. Marků 12, 563 01 Lanškroun; [www.lanskroun.eu](http://www.lanskroun.eu); tel.: 465 385 111  
Pozn.: odbor sociálních věcí a zdravotnictví sídlí na adrese: J. M. Marků 8, Lanškroun; tel.: 465 385 263 (vedoucí odboru)

#### Městský úřad Litomyšl

- 7** Bří. Štastných 1000, 570 00 Litomyšl; [www.litomysl.cz](http://www.litomysl.cz); tel.: 461 653 333  
Pozn.: odbor školství a sociální péče sídlí na adrese: J. E. Purkyně 918, Litomyšl; tel.: 461 653 350 (vedoucí odboru)

#### Městský úřad Moravská Třebová

- 8** T. G. Masaryka 29, 571 01 Moravská Třebová; [www.moravskatrebova.cz](http://www.moravskatrebova.cz); tel.: 461 353 111  
Pozn.: odbor sociálních věcí a zdravotnictví sídlí na stejné adrese; tel.: 461 353 056 (vedoucí odboru)

#### Magistrát města Pardubic

- 9** Pernštýnské náměstí 1, 530 21 Pardubice; [www.pardubice.eu](http://www.pardubice.eu); tel.: 466 859 111  
Pozn.: odbor sociálních věcí sídlí na adrese: U Divadla 828, Pardubice; tel.: 466 859 631 (vedoucí odboru)

#### Městský úřad Polička

- 10** Palackého nám. 160, 572 01 Polička; [www.policka.org](http://www.policka.org); tel.: 461 723 888  
Pozn.: odbor sociálních věcí a zdravotnictví sídlí na adrese: Nádražní 304, Polička; tel.: 461 723 844 (vedoucí odboru)

#### Městský úřad Přelouč

- 11** Československé armády 1665, 535 33 Přelouč; [www.mestoprelouc.cz](http://www.mestoprelouc.cz); tel.: 466 094 111  
Pozn.: odbor sociální sídlí na stejné adrese; tel.: 466 094 167 (vedoucí odboru)

#### Městský úřad Svitavy

- 12** T. G. Masaryka 5/35, 568 02 Svitavy; [www.svitavy.cz](http://www.svitavy.cz); tel.: 461 550 211  
Pozn.: odbor sociálních věcí a zdravotnictví sídlí na adrese: T. G. Masaryka 40/25, Svitavy; tel.: 461 550 220 (vedoucí odboru)

#### Městský úřad Ústí nad Orlicí

- 13** Sychrova ulice 16, 562 24 Ústí nad Orlicí; [www.ustinadorlici.cz](http://www.ustinadorlici.cz); tel.: 465 514 111  
Pozn.: odbor sociálních služeb sídlí na adrese: Dělnická 219, Ústí nad Orlicí; tel.: 465 514 512 (vedoucí odboru)

#### Městský úřad Vysoké Mýto

- 14** B. Smetany 92, 566 01 Vysoké Mýto; [www.vysoke-myto.cz](http://www.vysoke-myto.cz); tel.: 465 466 111  
Pozn.: odbor sociálních věcí a zdravotnictví sídlí na adrese: Jiráskova 179, Vysoké Mýto; tel.: 465 466 218 (vedoucí odboru)

#### Městský úřad Žamberk

- 15** Masarykovo náměstí 166, 564 01 Žamberk; [www.zamberk.cz](http://www.zamberk.cz); tel.: 465 670 211  
Pozn.: odbor sociálních věcí a zdravotnictví sídlí na adrese: Nádražní 833, Žamberk; tel.: 465 670 230 (vedoucí odboru)

## Obce s pověřeným obecním úřadem

Na těchto úřadech působí sociální pracovníci pro dospělé:

<b>Městský úřad Heřmanův Městec</b>
<b>1</b> Havlíčkova 801, 538 03 Heřmanův Městec; <a href="http://www.hermanuv-mestec.cz">www.hermanuv-mestec.cz</a> ; tel.: 464 603 500 Pozn.: odbor sociální sídlí na stejné adrese; tel.: 464 603 520 (sociální pracovník)
<b>Městský úřad Choceň</b>
<b>2</b> Jungmannova 301, 565 01 Choceň; <a href="http://www.chocen.cz">www.chocen.cz</a> ; tel.: 465 461 911 Pozn.: oddělení sociálních věcí sídlí na stejné adrese; tel.: 465 461 916 a 465 461 917 (sociální pracovnice)
<b>Městský úřad Chrást</b>
<b>3</b> Náměstí 1, 538 51 Chrást; <a href="http://www.mestochrast.cz">www.mestochrast.cz</a> ; tel.: 469 666 100 Pozn.: správní a sociální odbor sídlí na stejné adrese; tel.: 469 633 690 (sociální pracovnice)
<b>Městský úřad Chvaletice</b>
<b>4</b> U Stadionu 237, 533 12 Chvaletice; <a href="http://www.chvaletice.cz">www.chvaletice.cz</a> ; tel.: 466 768 479 Pozn.: útvar sociální péče sídlí na adrese: U Stadionu 235, Chvaletice; tel.: 724 725 359 (sociální pracovnice)
<b>Městský úřad Jablonné nad Orlicí</b>
<b>5</b> náměstí 5. května 4, 561 64 Jablonné nad Orlicí; <a href="http://www.jablonno.cz">www.jablonno.cz</a> ; tel.: 465 461 550 Pozn.: hospodářsko-správní odbor sídlí na stejné adrese; tel.: 465 461 563 (sociální pracovník)
<b>Městský úřad Jevíčko</b>
<b>6</b> Palackého nám. 1, 569 43 Jevíčko; <a href="http://www.jevicko.cz">www.jevicko.cz</a> ; tel.: 464 620 511 Pozn.: sociální oddělení sídlí na stejné adrese; tel.: 464 620 514 (sociální pracovnice)
<b>Městský úřad Lázně Bohdaneč</b>
<b>7</b> Masarykovo nám. 1, 533 41 Lázně Bohdaneč; <a href="http://www.lazne.bohdanec.cz">www.lazne.bohdanec.cz</a> ; tel.: 466 797 061 Pozn.: hospodářsko-správní odbor a matrika sídlí na stejné adrese; tel.: 778 005 225 (sociální pracovnice)
<b>Městský úřad Letohrad</b>
<b>8</b> Václavské náměstí 10, 561 51 Letohrad; <a href="http://www.letohrad.eu">www.letohrad.eu</a> ; tel.: 465 676 420 Pozn.: odbor sociálně správní, školství a kultury sídlí na stejné adrese; tel.: 465 676 422 (sociální pracovnice)
<b>Městský úřad Nasavrky</b>
<b>9</b> Náměstí 77, 538 25 Nasavrky; <a href="http://www.nasavrky.cz">www.nasavrky.cz</a> ; tel.: 469 677 104, 469 669 315 Pozn.: sociální odbor sídlí na stejné adrese; tel.: 469 669 311 (sociální pracovnice)
<b>Městský úřad Skuteč</b>
<b>10</b> Palackého náměstí 133, 539 73 Skuteč; <a href="http://www.skutec.cz">www.skutec.cz</a> ; tel.: 469 326 403 Pozn.: správní odbor sídlí na stejné adrese; tel.: 469 326 406 a 469 326 408 (sociální pracovnice)
<b>Městský úřad Třemošnice</b>
<b>11</b> náměstí Míru 451, 538 43 Třemošnice; <a href="http://www.tremosnice.cz">www.tremosnice.cz</a> ; tel.: 469 611 133 Pozn.: oddělení sociální sídlí na stejné adrese; tel.: 469 611 121 (sociální pracovnice)

## 2 Poradenské služby

### ► Sociální poradenství

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

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

### ► Poradny dle druhu řešeného problému

**Občanské poradny** (č. 8, 12, 13, 14, 15) obvykle pomáhají řešit různé situace a mají široké zaměření (sociální dávky, důchodový systém, pracovní právní vztahy, smluvní vztahy, ochrana práv spotřebitele, bydlení, nájemní smlouvy apod.).

**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 podpora a psychoterapie jsou poskytovány též jako součást některých sociálních služeb zejména v rámci odborného sociálního poradenství (2, 3, 7, 15, 16), krizové pomoci, intervenčního centra apod.

**Rodinné a manželské poradny** poskytují poradenství v oblasti rodinných a manželských vztahů. Poradna pro rodinu Pardubického kraje, příspěvková organizace Pardubického kraje, poskytuje služby ve všech okresních městech kraje (č. 16).

**Dluhové poradny** poskytují zdarma sociální služby v oblasti dluhového poradenství (č. 4, 8, 10, 12, 13, 14, 15, 17), přičemž některé poradny mají akreditaci k podání návrhu na oddlužení (č. 4, 8, 12, 15, 17).

**Poradny pro osoby se zdravotním postižením** (č. 1, 5, 11, 18, 20, 21, 22, 23) poskytují služby osobám s různým typem zdravotního postižení.

**Poradny pro seniory** poskytují poradenství seniorům a jejich blízkým například v tématech demence (č. 6) či vztahy, péče, nesoběstačnost (č. 2). V oblasti služeb, důchodů, sociálních dávek apod. lze využít občanské poradny.

**Poradny pro osoby závislé** jsou jednak poskytovány zdravotnickými službami (viz níže) a poskytovatelem sociálních služeb **Laxus, z.ú.** (č. 9), který poskytuje poradenství i v rámci dalších služeb (kontaktní centra, služby následné péče a terénní programy). S odvykáním kouření vám může pomoci **Národní linka pro odvykání kouření** (tel.: 800 350 000, <https://www.bezsigaret.cz/>). V oblasti drog a závislostí mohou poradit i odborníci na telefonních linkách s celorepublikovou působností:

- ▶ **Poradenská linka PREV-CENTRUM**, Praha, telefon: 233 355 459, <https://www.prevcentrum.cz/>
- ▶ **Poradenská linka Drop IN**, Praha, tel.: 222 221 124, <https://www.dropin.cz/>

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

- ▶ **Anonymní alkoholici**, Jiráskova 1270, Pardubice, a Poličská 3, Předměstí, Svitavy (aktuální přehled aktivních skupin naleznete na <https://www.anonymnialkoholici.cz/pro-cleny/skupiny/>).
- ▶ **Klub lidí usilujících o střízlivost (KLUS)** – středisko Svitavy a Česká Třebová (<https://klus-svitavy.estranky.cz>, kontakt: Dana Křemenáková, tel.: 605 454 598); středisko Ústí nad Orlicí (kontakt: Jiřina Dytrichová, tel.: 607 669 076).

## Zdravotnická zařízení poskytující poradenství a léčbu závislosti

- ▶ **Psychiatrické oddělení Pardubické nemocnice**, Kyjevská 44, 532 03 Pardubice <https://pardubice.nempk.cz/kliniky-a-pracoviste/psychiatrie>; tel.: 466 016 621, AT ambulance (ambulance pro léčbu závislostí).
- ▶ **Psychiatrické oddělení Svitavské nemocnice**, Kollárova 7, 568 25 Svitavy, <https://svitavy.nempk.cz/kliniky-a-pracoviste/psychiatrie>; tel.: 461 569 248; poradna pro léčbu závislostí – alkohol, další návykové látky, patologické hráčství.
- ▶ Pro osoby závislé na tabáku je k dispozici **Centrum pro léčbu závislosti na tabáku** v Pardubické nemocnici (plicní oddělení), <https://pardubice.nempk.cz/kliniky-a-pracoviste/plicni/centrum-lecby-zavislosti-na-tabaku>.

Co byste měli vědět před první návštěvou:

- ▶ Vyhraďte si pro první návštěvu v poradně 90 minut času.
- ▶ Zamyslete se nad svou motivací nekouřit a ochotou ke změnám.
- ▶ První návštěva je zpoplatněná jednorázovým poplatkem 250 Kč na účet nemocnice: **č. ú.: 280123725**, kód banky **ČSOB: 0300**. Jako variabilní symbol uveďte prosím číslo „Osobního účtu“, který obdržíte na první návštěvě.

Poplatek zahrnuje úhradu služeb hrazených nad rámec zdravotního pojištění:

- ▶ základní výživové poradenství
- ▶ pravidelná měření tukové tkáně pomocí bioimpedance
- ▶ vzorky nikotinových přípravků
- ▶ edukační materiály
- ▶ možnost zapůjčení měřících přístrojů – kalorimetr, měřič tělesného tuku

Poplatek se nevztahuje na děti a mladistvé do 18 let, na hospitalizované pacienty a pacienty v relapsu, kteří nepřerušili léčbu na dobu delší než 24 měsíců.



**Poradny pro oběti trestných činů** (č. 28) a domácího násilí (viz kapitola *III Užitečné kontakty – 3 Sociální služby v Pardubickém kraji – Intervenční centra*, str. 167).

- ▶ **Bílý kruh bezpečí, z.s.** – poradna pro oběti trestných činů, 17. listopadu 237, Pardubice 2, tel.: 732 923 462, e-mail: [bkb.pardubice@bkb.cz](mailto:bkb.pardubice@bkb.cz), [www.bkb.cz](http://www.bkb.cz); nonstop linka pro oběti trestných činů 116 006.
- ▶ **SKP-CENTRUM, o.p.s.** – Intervenční centrum, Erno Košťala 1014, Pardubice, tel.: 774 755 744, 777 765 844, e-mail: [ic.pardubice@skp-centrum.cz](mailto:ic.pardubice@skp-centrum.cz), [www.skp-centrum.cz](http://www.skp-centrum.cz).

**Krizové poradenství** má za cíl poskytnout podporu lidem, kteří jsou v ohrožení života a zdraví, případně jiné krizové životní situaci. Krizová centra vám pomohou telefonicky, přes internet či osobně po předchozí domluvě. Přímo v Pardubickém kraji působí služba telefonické krizové pomoci **KONTAKT Ústí nad Orlicí** (viz kapitola *III Užitečné kontakty – 3 Sociální služby v Pardubickém kraji – Telefonická krizová pomoc* str. 165) a několik sociálních služeb krizové pomoci poskytované ambulantní a pobytovou formou (viz kapitola *III Užitečné kontakty – 3 Sociální služby v Pardubickém kraji – Krizová pomoc* str. 166).

Vybrané služby telefonické krizové pomoci, které se specializují na určité životní situace:

- ▶ **Bílý kruh bezpečí, z.s.** – nonstop telefonická krizová pomoc obětem trestných činů, [www.116006.cz](http://www.116006.cz), tel.: 116 006;
- ▶ **Život 90, z.ú.** – linka důvěry senior telefon (nonstop telefonická krizová pomoc); [www.zivot90.cz/cs/asistence/senior-telefon](http://www.zivot90.cz/cs/asistence/senior-telefon), tel.: 800 157 157;
- ▶ **Elpida, o.p.s.** – telefonická Linka seniorů, tel.: 800 200 007;
- ▶ **Linka bezpečí, z.s.** – telefonická krizová pomoc pro děti a studenty do 26 let, tel.: 116 111, e-mail: [pomoc@linkabezpeci.cz](mailto:pomoc@linkabezpeci.cz), chat: <https://www.linkabezpeci.cz/chat>;
- ▶ **Cesta z krize, z. ú.** – Linka pro rodinu a školu, [www.linkaztracenedite.cz](http://www.linkaztracenedite.cz), tel.: 116 000; chat: <https://linkaztracenedite.cz/chat/>;

- ▶ **Dětské krizové centrum, z.ú.** – dětské krizové centrum pro děti týrané, sexuálně zneužívané či zanedbávané, [www.ditekrize.cz](http://www.ditekrize.cz), tel.: 241 484 149, chat: <https://iporadna.cz/elinka-chatova-poradna/>;
- ▶ **La Strada Česká republika, o.p.s.** – Informační a SOS linka pro oběti obchodu s lidmi, pro lidi vykořisťované, zneužívané (v práci), [www.strada.cz](http://www.strada.cz), tel.: 800 077 777, e-mail: [pomoc@strada.cz](mailto:pomoc@strada.cz);
- ▶ **Centrum Anabell, z. ú.** – Linka Anabell pro řešení problémů souvisejících s poruchou příjmu potravy, <http://www.anabell.cz/>, tel.: 774 467 293, e-mail: [iporadna@anabell.cz](mailto:iporadna@anabell.cz).

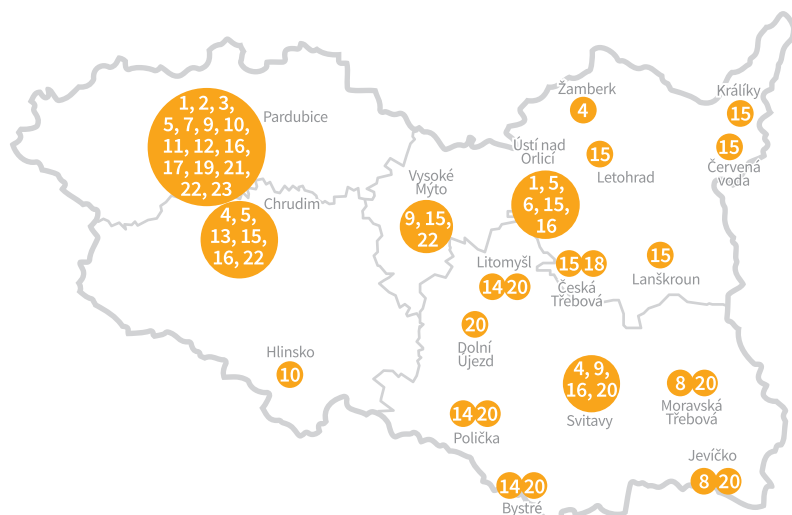
**Poradny pro cizince** (č. 10, 19) slouží pro cizince, kteří žijí v České republice, a pomáhají jim s různými problémy. Cizinci se rovněž mohou obracet na tyto instituce:

- ▶ **Cizinecká policie** – ohlášení příjezdu do ČR, Husova 860, Pardubice 530 03, telefon: 974 561 849, 974 561 810;
- ▶ **Odbor azylové a migrační politiky Ministerstva vnitra ČR** – vydávání pobytových oprávnění, hlášení změn v pobytu, Pernerova 168, Pardubice 530 02, telefon: 974 801 801;
- ▶ **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/>, telefon: 974 801 801;
- ▶ **Infolinka k dočasné ochraně Ministerstva vnitra ČR** – informace pro ukrajinské občany s dočasnou ochranou, telefon: 974 801 802.

V případě řešení sociálních záležitostí se obraťte na Ministerstvo práce a sociálních věcí, na Českou správu sociálního zabezpečení či v případě žádosti o sociální dávky na Úřad práce ČR, který rovněž pomáhá při hledání zaměstnání. V případě řešení záležitostí s podnikáním se obraťte na Obecní živnostenský úřad, Gorkého 489, Pardubice 530 02, telefon: 466 859 379.

Cizinci se rovněž mohou v ČR obracet na svůj zastupitelský úřad či na příslušnou ambasádu.

## Odborné sociální poradenství

**AUDIOHELP z.s. – Středisko služeb pro osoby se sluchovým postižením v Pardubicích**

[www.audiohelp.cz](http://www.audiohelp.cz)

- 1 Pracoviště Pardubice:** Bělehradská 389, 530 09 Pardubice; tel.: 466 301 888; [shw@email.cz](mailto:shw@email.cz)  
**Pracoviště Ústí nad Orlicí:** Čs. armády 284, 562 01 Ústí nad Orlicí; tel.: 777 882 337, 465 526 911;  
[audiohelppu@seznam.cz](mailto:audiohelppu@seznam.cz)

**Bethany – dům pomoci**

třída Míru 2670, Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice  
[www.bethanydp.cz](http://www.bethanydp.cz); tel.: 602 545 710, 777 595 554; [kontakt@bethanydp.cz](mailto:kontakt@bethanydp.cz)

**Bílý kruh bezpečí, z. s. – Poradna Bílého kruhu bezpečí**

- 3** 17. listopadu 237, 530 02 Pardubice 2  
[www.bkb.cz](http://www.bkb.cz); tel.: 732 923 462; [bkb.pardubice@bkb.cz](mailto:bkb.pardubice@bkb.cz)

**Centrum J. J. Pestalozziho, o.p.s.**

[www.pestalozzi.cz](http://www.pestalozzi.cz)

- 4 Pracoviště Chrudim:** Štěpánkova 107 a 108, 537 01 Chrudim 1; tel.: 469 623 899, 724 837 218; [kc@pestalozzi.cz](mailto:kc@pestalozzi.cz),  
[ambulance@pestalozzi.cz](mailto:ambulance@pestalozzi.cz)  
**Pracoviště Svitavy:** Milady Horákové 373/10, 568 02 Svitavy 2; tel.: 461 321 100, 461 321 200, 725 719 029;  
[kcsvi@pestalozzi.cz](mailto:kcsvi@pestalozzi.cz)  
**Pracoviště Žamberk:** Masarykovo náměstí 86, 564 01 Žamberk; tel.: 725 838 127; [kcza@pestalozzi.cz](mailto:kcza@pestalozzi.cz)

**Centrum pro zdravotně postižené a seniory Pardubického kraje, o.p.s.**

[www.czp-pk.cz](http://www.czp-pk.cz)

- 5 Pracoviště Chrudim:** Revoluční 594, Chrudim IV, 537 01 Chrudim; tel.: 469 620 320, 775 693 987;  
[hana.jarosova@czp-pk.cz](mailto:hana.jarosova@czp-pk.cz)  
**Pracoviště Pardubice:** Bělehradská 389, Pardubice II – Polabiny; 530 09 Pardubice 9; tel.: 466 335 630,  
 775 693 987; [hana.jarosova@czp-pk.cz](mailto:hana.jarosova@czp-pk.cz)  
**Pracoviště Ústí nad Orlicí:** Čs. armády 1181, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; tel.: 465 525 324, 775 693 985;  
[adriana.koutna@czp-pk.cz](mailto:adriana.koutna@czp-pk.cz)

**Domov důchodců Ústí nad Orlicí**

- 6** Cihlářská 761, 562 01 Ústí nad Orlicí 1  
[www.dduo.cz](http://www.dduo.cz); tel.: 734 793 446, 603 566 767; [eva.plivova@dduo.cz](mailto:eva.plivova@dduo.cz), [dana.matouskova@dduo.cz](mailto:dana.matouskova@dduo.cz)

**energeia o.p.s. – en centrum, psychologicko sociální poradna**

- 7** Sladkovského 601, Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice  
[www.energeia.cz](http://www.energeia.cz); tel.: 604 464 839; [psp@energeia.cz](mailto:psp@energeia.cz)

**Charita Moravská Třebová – Občanská poradna**

- 8** [www.mtrebova.charita.cz](http://www.mtrebova.charita.cz); tel.: 736 503 393; [poradna@mtrebova.charita.cz](mailto:poradna@mtrebova.charita.cz)  
**Pracoviště Moravská Třebová:** Bránská 210/18, 571 01 Moravská Třebová  
**Pracoviště Jevíčko:** Kostelní 41, 569 43 Jevíčko

**Laxus z.ú. – Adiktologické centrum poradenství a terapie**

[www.laxus.cz](http://www.laxus.cz);

- 9 Pracoviště Pardubice:** Jana Palacha 1552, 530 02 Pardubice 2; tel.: 734 316 540, 733 734 912;  
[adicentrum.pardubice@laxus.cz](mailto:adicentrum.pardubice@laxus.cz)  
**Pracoviště Svitavy:** Wolkerova alej 92/18, Město, 568 02 Svitavy; tel.: 734 319 994, 733 734 912;  
[adicentrum.svitavy@laxus.cz](mailto:adicentrum.svitavy@laxus.cz)  
**Pracoviště Vysoké Mýto:** Plk. B. Kohouta 914, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; tel.: 603 362 882,  
 733 734 912; [adicentrum.vysokemyto@laxus.cz](mailto:adicentrum.vysokemyto@laxus.cz)

**Most pro o.p.s. – Občanská poradna a poradna pro cizince**

[www.mostpro.cz](http://www.mostpro.cz)

- 10 Pracoviště Pardubice (poradna pro cizince):** 17. listopadu 216, 530 02 Pardubice 2; tel.: 467 771 170, 773  
 223 453; [info@mostpro.cz](mailto:info@mostpro.cz)  
**Pracoviště Hlinsko (občanská poradna a poradna pro cizince):** Karla Lidického 1213 539 01 Hlinsko;  
 tel.: 602 540 174; [op@mostpro.cz](mailto:op@mostpro.cz)

**Národní rada osob se zdravotním postižením ČR**

- 11** K Blahobytu 1763, Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice  
[www.nrzp.cz](http://www.nrzp.cz); tel.: 466 952 423, 736 751 217; [poradnapardubice@nrzp.cz](mailto:poradnapardubice@nrzp.cz)

**Občanská poradna Pardubice, z. s.**

- 12** 17. listopadu 237, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2  
[www.obcanskaporadnapardubice.cz](http://www.obcanskaporadnapardubice.cz); tel.: 466 989 574; [op.pce@seznam.cz](mailto:op.pce@seznam.cz)

**Oblastní charita Chrudim – Občanská poradna Chrudim**

- 13** Radoušova 1420, Chrudim IV, 537 01 Chrudim  
[www.chrudim.charita.cz](http://www.chrudim.charita.cz); tel.: 604 675 408; [poradna@charitachrudim.cz](mailto:poradna@charitachrudim.cz)

**Oblastní charita Polička – Občanská poradna**

- [www.policka.charita.cz](http://www.policka.charita.cz); tel.: 461 723 758, 731 604 683, 731 598 812; [op.ndc@pol.hk.caritas.cz](mailto:op.ndc@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, 461 723 758  
**Pracoviště Bystře u Poličky:** nám. Na podkově 68, 569 92 Bystře u Poličky

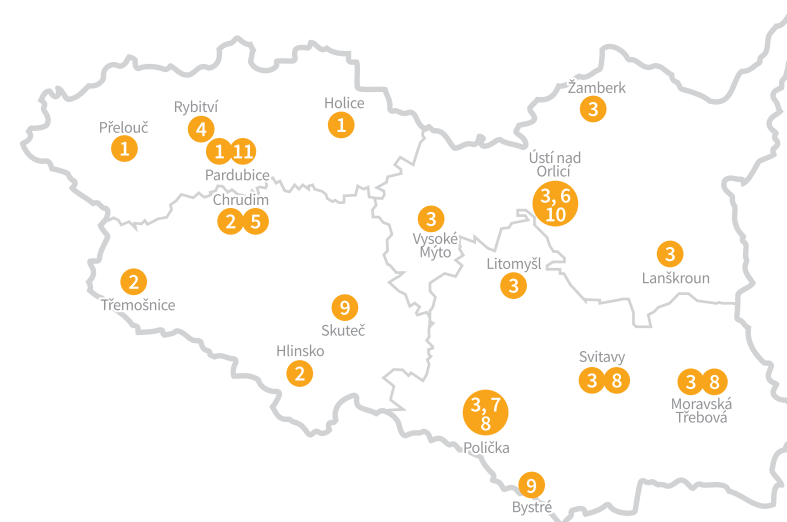
**Oblastní charita Ústí nad Orlicí – Občanská poradna**

- [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz); tel.: 734 281 415; [poradna@uo.hk.caritas.cz](mailto:poradna@uo.hk.caritas.cz)  
**Pracoviště Vysoké Mýto:** Plk. B. Kohouta 914, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto  
**Pracoviště Červená Voda:** č. p. 164, 561 61 Červená Voda  
**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:** Na Kopečku 356, 561 51 Letohrad  
**Poradna pro pečující:** Taušlova 714, 561 51 Letohrad; tel.: 731 420 344; [pecujici@uo.hk.caritas.cz](mailto:pecujici@uo.hk.caritas.cz)

**Poradna pro rodinu Pardubického kraje**[www.poradnapardubice.cz](http://www.poradnapardubice.cz); [petra.laskova@poradnapardubice.cz](mailto:petra.laskova@poradnapardubice.cz)**Pobočka Pardubice:** Mozartova 449, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; tel.: 603 273 948; [pardubice@poradnapardubice.cz](mailto:pardubice@poradnapardubice.cz)**16 Pobočka Ústí nad Orlicí:** Na Pláni 1343, Ústí nad Orlicí, 562 06 Ústí nad Orlicí 6; tel.: 721 981 780; [usti@poradnapardubice.cz](mailto:usti@poradnapardubice.cz)**Pobočka Chrudim:** Široká 29, 537 01 Chrudim 1; tel.: 737 360 028; [chrudim@poradnapardubice.cz](mailto:chrudim@poradnapardubice.cz)**Pobočka Svitavy:** Riegrova 2063/11, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; tel.: 604 867 581; [svitavy@poradnapardubice.cz](mailto:svitavy@poradnapardubice.cz)**Romodrom o. p. s. – Odborné sociální poradenství****17** [www.romodrom.cz](http://www.romodrom.cz); tel.: 226 521 495; [info@romodrom.cz](mailto:info@romodrom.cz)**Pracoviště Pardubice:** Sukova třída 1556, 530 02 Pardubice; tel.: 774 792 309; [katerinavoriskova@romodrom.cz](mailto:katerinavoriskova@romodrom.cz)**Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých Sociální poradna SONS ČR****18** [www.sons.cz](http://www.sons.cz); tel.: 221 462 430; [pravni@sons.cz](mailto:pravni@sons.cz)**Pracoviště Česká Třebová:** Mlýnská 900, 560 02 Česká Třebová 2; tel.: 607 657 188; [ceskatrebova-odbocka@sons.cz](mailto:ceskatrebova-odbocka@sons.cz)**Správa uprchlických zařízení Ministerstva vnitra ČR – Centrum na podporu integrace cizinců pro Pardubický kraj****19** Pernerova 444, 530 02 Pardubice 2[www.integracnicentra.cz](http://www.integracnicentra.cz); tel.: 466 989 228; [icpardubice@suz.cz](mailto:icpardubice@suz.cz)**Středisko sociálních služeb Salvia, z.ú.**[www.salvia.cz](http://www.salvia.cz); tel.: 461 535 324; [salvia@salvia.cz](mailto:salvia@salvia.cz)**Pracoviště Bystré u Poličky:** Školní 453, 569 92 Bystré u Poličky**Pracoviště Dolní Újezd:** Dolní Újezd 613, 569 61 Dolní Újezd u Poličky**20 Pracoviště Jevíčko:** Palackého nám. 1, 569 43 Jevíčko**Pracoviště Litomyšl:** J. E. Purkyně 1150, 570 01 Litomyšl**Pracoviště Moravská Třebová:** Svitavská 1475/20, 571 01 Moravská Třebová 1**Pracoviště Polička:** Družstevní 970, 572 01 Polička**Pracoviště Svitavy:** Wolkerova alej 92/18, 568 02 Svitavy 2**Tichý svět, o.p.s. – Sociální a právní poradna Tichého světa****21** Masarykovo náměstí 1544, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice[www.tichy Svet.cz](http://www.tichy Svet.cz); tel.: 702 167 010, 601 122 905; [tereza.pospisilova@tichy Svet.cz](mailto:tereza.pospisilova@tichy Svet.cz), [michaela.jirotkova@tichy Svet.cz](mailto:michaela.jirotkova@tichy Svet.cz)**Tyflocentrum Pardubice, o.p.s.**[www.tcpce.cz](http://www.tcpce.cz)**22 Pracoviště Pardubice:** nábřeží Závodu míru 1961, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2;tel.: 466 500 615, 774 415 173; [pardubice@tyflocentrum.cz](mailto: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, 774 415 173**Vida z.s. – VIDA centrum Pardubice****23** Pracoviště Pardubice: Pernštýnské náměstí 55, 530 02 Pardubice[www.vidacr.cz](http://www.vidacr.cz); tel.: 775 585 157; [pardubice@vidacentrum.cz](mailto:pardubice@vidacentrum.cz)**Poradenství v oblasti školství**

zahrnuje tato odborná pracoviště:

- ▶ pedagogicko-psychologické poradny;
- ▶ střediska výchovné péče;
- ▶ speciálně pedagogická centra.



**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](http://www.ppp-pardubice.cz); tel.: 466 410 327, 466 410 328 (ředitel),  
**Pracoviště Přebouč:** Kladenská 494, 535 01 Přebouč; 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](http://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 a speciálně pedagogické centrum Ústí nad Orlicí**

- 3** Královéhradecká 513, 562 01 Ústí nad Orlicí; [www.pppuo.cz](http://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  
**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:** Čs. Armády 485, 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 péče (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.

- |          |   |
|----------|---|
| <b>4</b> | <b>Středisko výchovné péče Pyramida</b><br>Činžovních domů 146, 533 54 Rybitví; <a href="http://www.svppyramida.cz">www.svppyramida.cz</a> ; tel.: 466 680 338, 723 134 604 |
| <b>5</b> | <b>Středisko výchovné péče Archa</b><br>Školní nám. 11, 537 01 Chrudim; <a href="http://www.archa-chrudim.cz">www.archa-chrudim.cz</a> ; tel.: 469 623 786                  |
| <b>6</b> | <b>Středisko výchovné péče Mimóza</b><br>Andrlíkova 972, 562 01 Ústí nad Orlicí; <a href="http://www.svp-mimoza.cz">www.svp-mimoza.cz</a> ; tel.: 737 568 228               |
| <b>7</b> | <b>Středisko výchovné péče Svitavska ALFA</b><br>Květná 40, 572 01 Polička; <a href="http://www.svpalfa.cz">www.svpalfa.cz</a> ; 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.

- |           |  |
|-----------|--|
| <b>8</b>  | <b>Pedagogicko-psychologická poradna a speciálně pedagogické centrum Ústí nad Orlicí</b><br>Riegrova 2063, 568 02 Svitavy; <a href="http://www.pppuo.cz">www.pppuo.cz</a> ; tel.: 465 521 296<br>Komenského 287, 571 01 Moravská Třebová; <a href="http://www.pppuo.cz">www.pppuo.cz</a> ; tel.: 465 521 296<br>Čs. armády 485, 572 01 Polička; <a href="http://www.pppuo.cz">www.pppuo.cz</a> ; tel.: 465 521 296 |
| <b>9</b>  | <b>Speciálně pedagogické centrum Skuteč</b><br>Rubešova 531, 539 73 Skuteč; <a href="http://www.spzs-skutec.cz">www.spzs-skutec.cz</a> ; tel.: 731 557 442   |
| <b>10</b> | <b>Speciálně pedagogické centrum Kamínek</b><br>Lázeňská 206, 562 01 Ústí nad Orlicí; <a href="http://www.spckaminek.cz">www.spckaminek.cz</a> ; tel.: 465 523 715, 733 700 038, 733 313 749   |
| <b>11</b> | <b>Speciálně pedagogické centrum Svítání</b><br>Klášteří 52, 530 02 Pardubice; <a href="http://www.svitani.cz">www.svitani.cz</a> ; tel.: 466 049 917, 736 753 651   |



# 3 Sociální služby v Pardubickém kraji

**Sociální služby** pomáhají lidem v různých nepříznivých, náročných či krizových životních situacích, které tito lidé nejsou schopni sami překonat či zvládnout. Jejich cílem je, aby lidé mohli žít způsobem života, který je považován za běžný, starat se sami o sebe, o svou domácnost, naplňovat své potřeby, chodit do zaměstnání, aktivně trávit volný čas apod. Pracovníci služeb pomáhají jednotlivcům, rodinám či skupinám osob s řešením jejich životní situace, podporují je v naplňování jejich potřeb, v komunikaci s jejich okolím, institucemi, úřady apod.

Klienty sociálních služeb mohou být senioři, lidé se zdravotním postižením nebo duševním onemocněním, rodiny s dětmi, lidé v tíživé situaci, lidé bez domova, lidé závislí na návykových látkách apod.

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

Poskytovateli sociální služeb mohou být fyzické osoby, nestátní neziskové a církevní organizace, obce, kraje, stát nebo jimi zřizované organizace, obchodní společnosti. **K poskytování sociální služby musí být poskytovatel oprávněn, musí získat rozhodnutí o registraci.** Pokud si vybíráte poskytovatele sociálních služeb, vždy si ověřte, zda má potřebná oprávnění a registraci.

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>. V registru poskytovatelů lze hledat podle druhu služby, podle kraje, okresu, formy poskytování (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.

## ► Základní druhy sociálních služeb

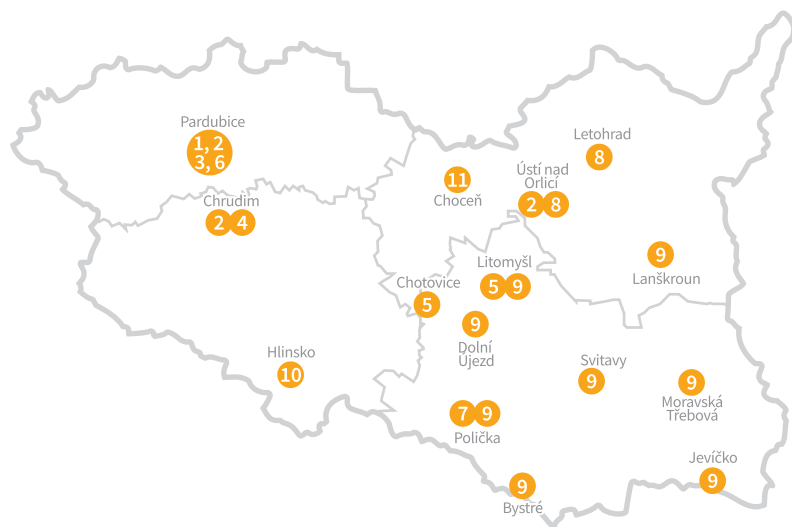
**Služby sociální péče** napomáhají lidem zajistit jejich fyzickou a psychickou soběstačnost. Cílem je umožnit jim v nejvyšší možné míře zapojit se do běžného života a zajistit jim důstojné prostředí a zacházení. Služby sociální péče obecně nabízí podporu v rozsahu od pomoci v domácnosti klientů, přes pomoc během dne v ambulantních zařízeních až po celodenní péči v pobytových zařízeních. Do služeb sociální péče patří:

- ▶ osobní asistence;
- ▶ pečovatelská služba;
- ▶ tísňová péče;
- ▶ podpora samostatného bydlení;
- ▶ průvodcovské a předčitatelské služby;
- ▶ 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 lidem překonat jejich nepříznivou životní situaci, začlenit se do běžné společnosti a rovněž 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, samostatného pohybu včetně doprovodů apod. Je poskytována v domácnosti a v prostředí, kde se člověk pohybuje, žije, pracuje, vzdělává se apod. 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.

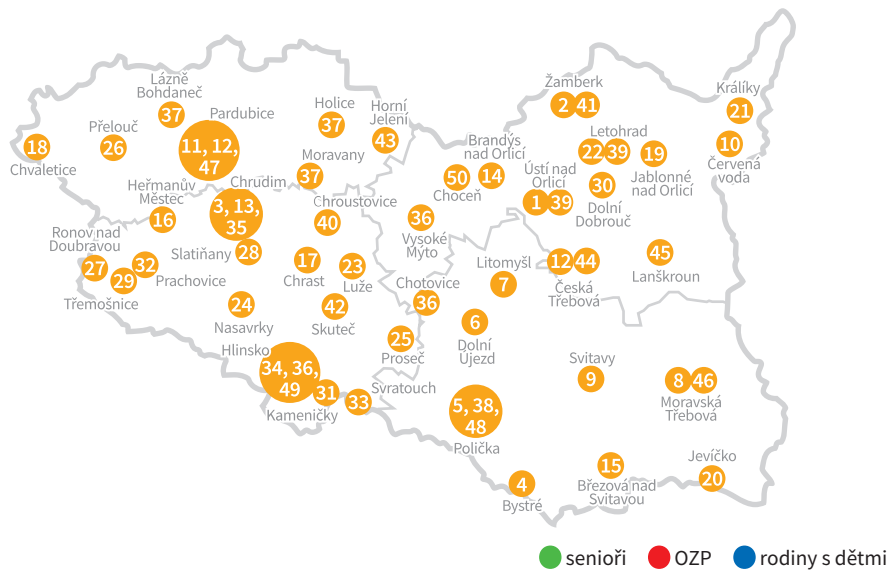


● senioři ● OZP

<b>1</b>	<b>Centrum Kosatec, z.s.</b> Sladkovského 2824, 530 02 Pardubice 2 <a href="http://www.centrumkosatec.cz">www.centrumkosatec.cz</a> ; tel.: 777 006 525; <a href="mailto:pavlina.potuckova@centrumkosatec.cz">pavlina.potuckova@centrumkosatec.cz</a>	●	●
	<b>Centrum pro zdravotně postižené a seniory Pardubického kraje, o.p.s.</b> <a href="http://www.czp-pk.cz">www.czp-pk.cz</a> ; tel.: 775 693 986; <a href="mailto:czp-pk@centrum.cz">czp-pk@centrum.cz</a>		
<b>2</b>	<b>Pracoviště Pardubice:</b> Bělehradská 389, 530 09 Pardubice 9 <b>Pracoviště Chrudim:</b> Revoluční 594, 537 01 Chrudim 1; tel.: 775 693 987 <b>Pracoviště Ústí nad Orlicí:</b> Čs. armády 1181, Ústí nad Orlicí, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; tel.: 775 693 985	●	●
<b>3</b>	<b>HEWER, z.s.</b> V Ráji 917, 530 02 Pardubice 2; <a href="http://www.hewer.cz">www.hewer.cz</a> ; tel.: 736 505 556; <a href="mailto:pardubicko@hewer.cz">pardubicko@hewer.cz</a>	●	●
<b>4</b>	<b>Oblastní charita Chrudim</b> <b>Středisko osobní asistence,</b> Resselovo náměstí 80, 537 01 Chrudim 1; <a href="http://www.chrudim.charita.cz">www.chrudim.charita.cz</a> ; tel.: 703 855 499; 603 808 850; <a href="mailto:pecovatelky@charitachrudim.cz">pecovatelky@charitachrudim.cz</a> , <a href="mailto:info@charitachrudim.cz">info@charitachrudim.cz</a>	●	●
<b>5</b>	<b>Oblastní charita Nové Hrady u Skutče</b> Chotovice 31, 570 01 Litomyšl, <a href="http://www.novehrady.charita.cz">www.novehrady.charita.cz</a> ; tel.: 461 310 569; 733 161 623; <a href="mailto:reditel@charita.info">reditel@charita.info</a>	●	●

<b>6</b>	<b>Oblastní charita Pardubice</b> V Ráji 732, 530 02 Pardubice 2 <a href="http://www.pardubice.charita.cz">www.pardubice.charita.cz</a> ; tel.: 775 296 843; 466 335 026; <a href="mailto:hubalkova@charitapardubice.cz">hubalkova@charitapardubice.cz</a>	●	●
<b>7</b>	<b>Oblastní charita Polička</b> Vrchlického 16, 572 01 Polička, <a href="http://www.policka.charita.cz">www.policka.charita.cz</a> ; tel.: 731 598 813; 731 598 814; 461 725 552; <a href="mailto:info@pol.hk.caritas.cz">info@pol.hk.caritas.cz</a> , <a href="mailto:karel.indruch@pol.hk.caritas.cz">karel.indruch@pol.hk.caritas.cz</a>	●	●
<b>8</b>	<b>Oblastní charita Ústí nad Orlicí</b> Taušlova 714, 561 51 Letohrad <a href="http://www.uo.charita.cz">www.uo.charita.cz</a> ; tel.: 734 769 711; <a href="mailto:osobni.asistence@uo.hk.caritas.cz">osobni.asistence@uo.hk.caritas.cz</a>	●	●
<b>9</b>	<b>Středisko sociálních služeb Salvia, z.ú.</b> Wolkerova alej 92/18, 568 02 Svitavy 2, <a href="http://www.salvia.cz">www.salvia.cz</a> ; tel.: 461 535 324, <a href="mailto:salvia@salvia.cz">salvia@salvia.cz</a> <b>Služba je poskytována:</b> Svitavy, Litomyšl, Polička, Jevíčko, Dolní Újezd u Litomyše, Bystré, Moravská Třebová, Lanškroun	●	●
<b>10</b>	<b>VAŠE sociální služby, s.r.o.</b> <a href="http://www.vasesocialnisluzby.cz">www.vasesocialnisluzby.cz</a> ; <b>Pracoviště Hlinsko a okolí:</b> Adámkova třída 190, 539 01 Hlinsko; tel.: 601 327 569; <a href="mailto:pokorna@vasesocialnisluzby.cz">pokorna@vasesocialnisluzby.cz</a>	●	●
<b>11</b>	<b>Zařízení sociální péče Choceň</b> Dr. Fikejze 525, 565 01 Choceň, <a href="http://www.zspchocen.cz">www.zspchocen.cz</a> ; tel.: 465 472 105; 731 053 286; <a href="mailto:podatelna@zspchocen.cz">podatelna@zspchocen.cz</a>	●	●

**Pečovatelská 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.



<b>1</b>	<b>Centrum sociální péče města Ústí nad Orlicí</b> Na Pláni 1343, 562 06 Ústí nad Orlicí 6; <a href="http://www.csp-uo.cz">www.csp-uo.cz</a> ; tel.: 728 916 474; <a href="mailto:koordinator@csp-uo.cz">koordinator@csp-uo.cz</a>	●	●	●
<b>2</b>	<b>Centrum sociální péče města Žamberk</b> Albertova 357, 564 01 Žamberk; <a href="http://www.cspzamberk.cz">www.cspzamberk.cz</a> ; tel.: 465 617 101, 465 617 111, 465 617 105, 604 444 150; 605 018 876; <a href="mailto:csp.zamberk@seznam.cz">csp.zamberk@seznam.cz</a> , <a href="mailto:socialni.csp.zamberk@seznam.cz">socialni.csp.zamberk@seznam.cz</a>	●	●	●
<b>3</b>	<b>Centrum sociálních služeb a pomoci Chrudim</b> Soukenická 158, 537 01 Chrudim 1; <a href="http://www.socialni-sluzby.cz">www.socialni-sluzby.cz</a> ; tel.: 469 639 919, 730 591 178, 469 638 209; <a href="mailto:centrum@socialni-sluzby.cz">centrum@socialni-sluzby.cz</a> , <a href="mailto:gabriela.jirova@socialni-sluzby.cz">gabriela.jirova@socialni-sluzby.cz</a>	●	●	●
<b>4</b>	<b>DOMOV Bystré, o.p.s.</b> Školní 453, 569 92 Bystré u Poličky; <a href="http://www.domovbystre.cz">www.domovbystre.cz</a> ; tel.: 461 741 308, 607 785 488, <a href="mailto:pecdomov@atlas.cz">pecdomov@atlas.cz</a>	●	●	
<b>5</b>	<b>Dům s pečovatelskou službou Penzion Polička</b> Družstevní 970, 572 01 Polička; <a href="http://www.dpspolicka.cz">www.dpspolicka.cz</a> ; tel.: 461 753 122, 730 892 031, <a href="mailto:reditel@dpspolicka.cz">reditel@dpspolicka.cz</a> , <a href="mailto:smolkova@dpspolicka.cz">smolkova@dpspolicka.cz</a>	●	●	
<b>6</b>	<b>Farní charita Dolní Újezd</b> Dolní Újezd 613, 569 61 Dolní Újezd u Litomyšle; <a href="http://www.dolniujezd.charita.cz">www.dolniujezd.charita.cz</a> ; tel.: 461 631 672, 731 598 854; <a href="mailto:chardolujezd@tiscali.cz">chardolujezd@tiscali.cz</a>	●	●	

<b>7</b>	<b>Farní charita Litomyšl</b> Bělídla 392, 570 01 Litomyšl; <a href="http://www.litomysl.charita.cz">www.litomysl.charita.cz</a> ; tel.: 733 599 820; <a href="mailto:chpslit.cz">chpslit.cz</a>	●	●	●
<b>8</b>	<b>Charita Moravská Třebová</b> Svitavská 655/44, 571 01 Moravská Třebová 1; <a href="http://www.mtrebova.charita.cz">www.mtrebova.charita.cz</a> ; tel.: 733 742 083; <a href="mailto:chps@mtrebova.charita.cz">chps@mtrebova.charita.cz</a>	●	●	
<b>9</b>	<b>Charita Svitavy</b> Hřibotovní 2257/1, 568 02 Svitavy 2; středisko Pečovatelská služba, Felberova 715/31, 568 02 Svitavy 2; <a href="http://www.svitavy.charita.cz">www.svitavy.charita.cz</a> ; tel.: 731 003 394; <a href="mailto:chps@svitavy.charita.cz">chps@svitavy.charita.cz</a>	●	●	
<b>10</b>	<b>Charita Zábřeh</b> Červená Voda 272, 561 61 Červená Voda 1; <a href="http://www.charitazabreh.cz">www.charitazabreh.cz</a> ; tel.: 731 127 212, 736 509 449; <a href="mailto:pecovatelska@charitazabreh.cz">pecovatelska@charitazabreh.cz</a>	●	●	●
<b>11</b>	<b>Kamilka s.r.o.</b> Gorkého 2573, 530 02 Pardubice 2; <a href="http://www.kamilka.eu">www.kamilka.eu</a> ; tel.: 733 703 051; <a href="mailto:kdp.pce@seznam.cz">kdp.pce@seznam.cz</a>	●	●	
	<b>Komunitní centrum Petrklíč, z.s.</b> <a href="http://www.petrklice.cz">www.petrklice.cz</a> ; tel.: 605 366 931; <a href="mailto:koordinator.uo@petrklice.cz">koordinator.uo@petrklice.cz</a>			
<b>12</b>	<b>Služba je poskytována:</b> Nové náměstí 1746, 560 02 Česká Třebová 2; tel.: 736 520 119; Labský Palouk 495, 530 09 Pardubice-Polabiny; tel.: 736 520 118; <a href="mailto:michaela.neprasova@petrklice.cz">michaela.neprasova@petrklice.cz</a>	●	●	●
	<b>Lůžkové a sociální centrum pro seniory o.p.s.</b>			
<b>13</b>	Obce Ležáků 166, 537 01 Chrudim 1; <a href="http://www.domovseniorchrudim.cz">www.domovseniorchrudim.cz</a> ; tel.: 773 114 642; <a href="mailto:domovsenioru3@chrudim.cz">domovsenioru3@chrudim.cz</a>	●	●	
	<b>Město Brandýs nad Orlicí</b>			
<b>14</b>	Kadlčíkova 280, 561 12 Brandýs n. Orlicí; <a href="http://www.mesto-brandys.cz">www.mesto-brandys.cz</a> ; tel.: 465 544 211, 720 976 792, 720 976 791; <a href="mailto:dps@mesto-brandys.cz">dps@mesto-brandys.cz</a> , <a href="mailto:info@mesto-brandys.cz">info@mesto-brandys.cz</a>	●	●	
	<b>Město Březová nad Svitavou</b>			
<b>15</b>	Zahradní 307, 569 02 Březová nad Svitavou; <a href="http://www.brezova.cz">www.brezova.cz</a> ; tel.: 461 521 181, 734 750 374; <a href="mailto:dps@brezova.cz">dps@brezova.cz</a>	●		
	<b>Město Heřmanův Městec</b>			
<b>16</b>	Havlíčková 801, 538 03 Heřmanův Městec; <a href="http://www.hermanuv-mestec.cz">www.hermanuv-mestec.cz</a> ; tel.: 464 603 520, 469 695 161; 737 334 546; <a href="mailto:jana.kopecka@mesto-hm.cz">jana.kopecka@mesto-hm.cz</a>	●	●	
	<b>Město Chrást</b>			
<b>17</b>	U Vodojemu 782, 538 51 Chrást u Chrudimě; <a href="http://www.mestochrast.cz">www.mestochrast.cz</a> ; tel.: 469 667 411, 725 168 620, 727 990 856; <a href="mailto:h.paleckova@mestochrast.cz">h.paleckova@mestochrast.cz</a> ; <a href="mailto:n.kobilova@mestochrast.cz">n.kobilova@mestochrast.cz</a>	●	●	●
	<b>Město Chvaletice</b>			
<b>18</b>	U Stadionu 236, 533 12 Chvaletice; <a href="http://www.chvaletice.cz">www.chvaletice.cz</a> ; tel.: 466 985 032; <a href="mailto:pecovatelskasluzba@chvaletice.cz">pecovatelskasluzba@chvaletice.cz</a>	●	●	
	<b>Město Jablonné nad Orlicí</b>			
<b>19</b>	Aloise Hanuše 176, 561 64 Jablonné nad Orlicí; <a href="http://www.jablonno.cz">www.jablonno.cz</a> ; tel.: 465 461 557, 739 460 920; 737 574 009; <a href="mailto:schenkova@jablonno.cz">schenkova@jablonno.cz</a> , <a href="mailto:okrouhlicka@jablonno.cz">okrouhlicka@jablonno.cz</a>	●	●	
	<b>Město Jevíčko</b>			
<b>20</b>	Koblišná 125, 569 43 Jevíčko; <a href="http://www.jevicko.cz">www.jevicko.cz</a> ; tel.: 461 326 518, 703 145 731; <a href="mailto:pecovatelskasluzba@jevicko.cz">pecovatelskasluzba@jevicko.cz</a>	●	●	
	<b>Město Králíky</b>			
<b>21</b>	Na Křižovatce 193, 561 69 Králíky; <a href="http://www.kraliky.eu">www.kraliky.eu</a> ; tel.: 724 894 938, 465 670 801; <a href="mailto:ssk.@kraliky.eu">ssk.@kraliky.eu</a>	●	●	

<b>22</b>	<b>Město Letohrad</b> Sokolovská 16, 561 51 Letohrad; <a href="http://www.letohrad.eu">www.letohrad.eu</a> ; tel.: 465 676 539, 723 136 377; <a href="mailto:jana.kozeluhova@letohrad.eu">jana.kozeluhova@letohrad.eu</a> , <a href="mailto:podatelna@letohrad.eu">podatelna@letohrad.eu</a>	●	●	
<b>23</b>	<b>Město Luže</b> Na Výsluní 9, 538 54 Luže; <a href="http://www.luze.cz">www.luze.cz</a> ; tel.: 469 672 015, 730 871 336; <a href="mailto:dps@luze.cz">dps@luze.cz</a>	●	●	
<b>24</b>	<b>Město Nasavrky</b> Slatiňanská 66, 538 25 Nasavrky; <a href="http://www.nasavrky.cz">www.nasavrky.cz</a> ; tel.: 469 669 311; <a href="mailto:losenicka@nasavrky.cz">losenicka@nasavrky.cz</a>	●	●	
<b>25</b>	<b>Město Proseč</b> Proseč 344, 539 44 Proseč; <a href="http://www.prosec.cz">www.prosec.cz</a> ; tel.: 469 319 480, 468 005 021, 731 659 375, <a href="mailto:matrika@prosec.cz">matrika@prosec.cz</a>	●	●	
<b>26</b>	<b>Město Přelouč</b> Sluneční 1516, 535 01 Přelouč; <a href="http://www.mestoprelouc.cz">www.mestoprelouc.cz</a> ; tel.: 466 953 216, 723 029 207; <a href="mailto:ps@mestoprelouc.cz">ps@mestoprelouc.cz</a>	●	●	●
<b>27</b>	<b>Město Ronov nad Doubravou</b> sídlíště Pod nádražím 561, 538 42 Ronov nad Doubravou; <a href="http://www.ronovnd.cz">www.ronovnd.cz</a> ; tel.: 469 690 201, 608 725 113; <a href="mailto:psronov@seznam.cz">psronov@seznam.cz</a>	●	●	●
<b>28</b>	<b>Město Slatiňany</b> Farská 765, 538 21 Slatiňany; <a href="http://www.slatinany.cz">www.slatinany.cz</a> ; tel.: 469 682 555; <a href="mailto:dps@slatinany.cz">dps@slatinany.cz</a>	●	●	
<b>29</b>	<b>Město Třemošnice</b> Jižní 438, 538 43 Třemošnice, <a href="http://www.tremosnice.cz">www.tremosnice.cz</a> ; tel.: 469 661 406, 469 313 397; <a href="mailto:ps@tremosnice.cz">ps@tremosnice.cz</a> , <a href="mailto:endrychova@tremosnice.cz">endrychova@tremosnice.cz</a>	●	●	●
<b>30</b>	<b>Obec Dolní Dobrouč</b> Dolní Dobrouč 62, 561 02 Dolní Dobrouč; <a href="http://www.dolnidobrouc.cz">www.dolnidobrouc.cz</a> ; tel.: 465 543 310, 728 438 589; <a href="mailto:pecovatelksluzba@dolnidobrouc.cz">pecovatelksluzba@dolnidobrouc.cz</a> , <a href="mailto:obecniurad@dolnidobrouc.cz">obecniurad@dolnidobrouc.cz</a>	●	●	
<b>31</b>	<b>Obec Kameničky</b> Kameničky 87, 539 41 Kameničky, <a href="http://www.obec-kamenicky.cz">www.obec-kamenicky.cz</a> ; tel.: 469 318 122; 720 070 187; <a href="mailto:starosta@obec-kamenicky.cz">starosta@obec-kamenicky.cz</a>	●	●	
<b>32</b>	<b>Obec Prachovice</b> Chrudimská 20, 538 04 Prachovice; <a href="http://www.obecprachovice.cz">www.obecprachovice.cz</a> ; tel.: 469 663 226; <a href="mailto:dps.obecprachovice.cz">dps.obecprachovice.cz</a>	●	●	●
<b>33</b>	<b>Obec Svratouch</b> Svratouch 15, 539 42 Svratouch; <a href="http://www.svratouch.cz">www.svratouch.cz</a> ; tel.: 566 502 271, 777 939 176; <a href="mailto:ou@svratouch.cz">ou@svratouch.cz</a>	●	●	
<b>34</b>	<b>Obec Vysočina</b> Dřevíkov 55, 539 01 Hlinsko 1; <a href="http://www.obecvysocina.cz">www.obecvysocina.cz</a> ; tel.: 469 333 162, 602 149 095; <a href="mailto:obec.vysocina@tiscali.cz">obec.vysocina@tiscali.cz</a>	●	●	
<b>35</b>	<b>Oblastní charita Chrudim</b> středisko Pečovatelská služba, Resselovo náměstí 80, 537 01 Chrudim 1; <a href="http://www.chrudim.charita.cz">www.chrudim.charita.cz</a> ; tel.: 703 855 499; <a href="mailto:pecovatelky@charitachrudim.cz">pecovatelky@charitachrudim.cz</a>	●	●	●
<b>36</b>	<b>Oblastní charita Nové Hradce u Skutče</b> Služba je poskytována pro oblast Chotovice a Vysoké Mýto: <a href="http://www.novehrady.charita.cz">www.novehrady.charita.cz</a> ; tel.: 733 161 623; <a href="mailto:pecovatelky@charita.info">pecovatelky@charita.info</a> ; Služba je poskytována pro oblast Hlinsko: <a href="http://www.novehrady.charita.cz">www.novehrady.charita.cz</a> ; tel.: 737 213 902; <a href="mailto:pecovatelky@charita.info">pecovatelky@charita.info</a> , <a href="mailto:jana.bohacova@chnh.hk.caritas.cz">jana.bohacova@chnh.hk.caritas.cz</a>	●	●	

<b>37</b>	<b>Oblastní charita Pardubice</b> V Ráji 732, 530 02 Pardubice 2; <a href="http://www.pardubice.charita.cz">www.pardubice.charita.cz</a> ; tel.: 777 296 850, 466 335 026; <a href="mailto:hubalkova@charitapardubice.cz">hubalkova@charitapardubice.cz</a> Služba je poskytována pro oblast Holice: Palackého 1131, 534 01 Holice v Čechách; tel.: 775 296 831, 466 681 654; <a href="mailto:dfifernova@charitapardubice.cz">dfifernova@charitapardubice.cz</a> Služba je poskytována pro oblast Lázně Bohdaneč: Šípkova 49, 533 41 Lázně Bohdaneč; tel.: 603 459 486; <a href="mailto:eberankova@charitapardubice.cz">eberankova@charitapardubice.cz</a> ; Služba je poskytována pro oblast Moravany: nám. Hrdinů 13, 533 72 Moravany u Holic; tel.: 775 296 831, 466 950 441; <a href="mailto:dfifernova@charitapardubice.cz">dfifernova@charitapardubice.cz</a>	●	●	●
<b>38</b>	<b>Oblastní charita Polička</b> Vrchlického 10, 572 01 Polička, <a href="http://www.policka.charita.cz">www.policka.charita.cz</a> ; tel.: 731 598, 603 282 525; <a href="mailto:chps.oo@pol.hk.caritas.cz">chps.oo@pol.hk.caritas.cz</a> , <a href="mailto:info@pol.hk.caritas.cz">info@pol.hk.caritas.cz</a>	●	●	
<b>39</b>	<b>Oblastní charita Ústí nad Orlicí</b> Na Kopečku 356, 561 51 Letohrad; <a href="http://www.uo.charita.cz">www.uo.charita.cz</a> Služba je poskytována pro oblast Ústí nad Orlicí: Sokolská 68, Kerhartice, 562 04 Ústí nad Orlicí 4; tel.: 731 402 341; <a href="mailto:chps.uo@uo.hk.caritas.cz">chps.uo@uo.hk.caritas.cz</a> ; Služba je poskytována pro oblast Letohrad: Taušlova 714, 561 51 Letohrad; tel.: 734 769 712; <a href="mailto:chps.let@uo.hk.caritas.cz">chps.let@uo.hk.caritas.cz</a>	●	●	
<b>40</b>	<b>Odborné učiliště Chroustovice</b> Chroustovice 1, 538 63 Chroustovice; <a href="http://www.chroustovice.cz">www.chroustovice.cz</a> ; tel.: 469 674 447; <a href="mailto:uciliste@chroustovice.cz">uciliste@chroustovice.cz</a>	●	●	
<b>41</b>	<b>Rozvoj regionu obcí Pod Zemskou branou</b> Pastviny 140, 564 01 Žamberk; <a href="http://www.zemska-brana.cz">www.zemska-brana.cz</a> ; tel.: 730 899 903, 734 575 057; <a href="mailto:bdsp@zemska-brana.cz">bdsp@zemska-brana.cz</a>	●	●	
<b>42</b>	<b>SeniorCentrum Skuteč</b> Smetanova 914, 539 73 Skuteč; <a href="http://www.scskutec.cz">www.scskutec.cz</a> ; tel.: 602 161 184; <a href="mailto:bodlakova.linda@scskutec.cz">bodlakova.linda@scskutec.cz</a>	●	●	
<b>43</b>	<b>SKP-CENTRUM, o.p.s.</b> K Dubu 702, 533 74 Horní Jelení; <a href="http://www.skp-centrum.cz">www.skp-centrum.cz</a> ; tel.: 466 030 617; <a href="mailto:simeon.info@skp-centrum.cz">simeon.info@skp-centrum.cz</a>	●	●	
<b>44</b>	<b>Sociální služby Česká Třebová</b> Masarykova 2100, 560 02 Česká Třebová; <a href="http://www.ssct.cz">www.ssct.cz</a> ; tel.: 736 520 001; <a href="mailto:pec.sluzba@socialnisluzbyct.cz">pec.sluzba@socialnisluzbyct.cz</a>	●	●	
<b>45</b>	<b>Sociální služby Lanškroun</b> Janáčkova 1003, 563 01 Lanškroun; <a href="http://www.soslla.cz">www.soslla.cz</a> ; tel.: 775 434 296, 465 503 006; <a href="mailto:soc.pracovnik@soslla.cz">soc.pracovnik@soslla.cz</a>	●	●	
<b>46</b>	<b>Sociální služby města Moravská Třebová</b> Svitavská 1475/20, 571 01 Moravská Třebová 1; <a href="http://www.ddmt.cz">www.ddmt.cz</a> ; tel.: 461 318 252, 731 151 805; <a href="mailto:soc.sluzby@mtrebova-city.cz">soc.sluzby@mtrebova-city.cz</a>	●	●	
<b>47</b>	<b>Sociální služby města Pardubice</b> kpt. Jaroše 726, 531 81 Pardubice 2; <a href="http://www.ssmpe.cz">www.ssmpe.cz</a> ; tel.: 466 415 191; <a href="mailto:jitka.hermanska@ssmpe.cz">jitka.hermanska@ssmpe.cz</a>	●	●	●
<b>48</b>	<b>Svazek obcí AZASS</b> Eimova 294, Horní Předměstí, 572 01 Polička; <a href="http://www.azass.cz/ps/">www.azass.cz/ps/</a> ; tel.: 468 001 652, 732 453 019; <a href="mailto:administrativa.ps@azass.cz">administrativa.ps@azass.cz</a> ;	●	●	



**VAŠE sociální služby, s.r.o.**

49 [www.vasesocialnisluzby.cz](http://www.vasesocialnisluzby.cz);  
Pracoviště Hlinsko a okolí: Adámkova třída 190, 539 01 Hlinsko; tel.: 601 327 569;  
[pokorna@vasesocialnisluzby.cz](mailto:pokorna@vasesocialnisluzby.cz)

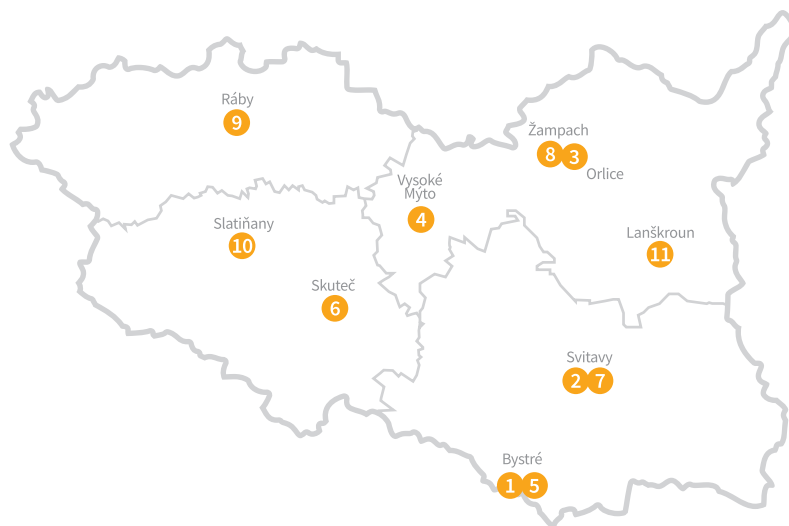
**Zařízení sociální péče Choceň**

50 Dr. Fikejze 525, 565 01 Choceň 1; [www.zspchocen.cz](http://www.zspchocen.cz); tel.: 465 472 105, 731 053 286;  
[podatelna@zspchocen.cz](mailto:podatelna@zspchocen.cz)

● senioři ● OZP ● rodiny s dětmi

**Tísňová péče** zajišťuje lidem se sníženou soběstačností (například seniorům a lidem se zdravotním postižením), kteří žijí ve své domácnosti, nepřetržitou distanční komunikaci prostřednictvím běžných telefonů, speciálních zařízení s tísňovým tlačítkem, GPS apod. Cílem služby je zajistit pomoc v situacích, ohrožení jejich zdraví a života. V případě nouze se osoba stiskem tlačítka nebo vytočením příslušného čísla spojí s nonstop dispečinkem, kde operátorky zprostředkují pomoc.

V Pardubickém kraji zajišťují službu poskytovatelé s celorepublikovou působností (například Anděl Strážný, Život 90, Diakonie ČCE, Život Hradec Králové aj.).

**Podpora samostatného bydlení a chráněné bydlení**

**Podpora samostatného bydlení** je poskytována terénní formou a pomáhá lidem se zdravotním postižením nebo duševním onemocněním v jejich domácnosti s každodenními činnostmi. Služba je poskytována za úhradu podle skutečného rozsahu poskytované pomoci.

- 1 **Centrum sociálních služeb Bystré**  
Školní 319, 569 92 Bystré u Poličky; [www.cssbystre.cz](http://www.cssbystre.cz); tel.: 468 001 115; [cssbystre@cssbystre.cz](mailto:cssbystre@cssbystre.cz)
- 2 **Domov na rozcestí Svitavy**  
Tkalcovská 381/1, Lány, 568 02 Svitavy 1; [www.dnrsvitavy.cz](http://www.dnrsvitavy.cz); tel.: 468 008 101; [jaroslava.filipova@dnrsvitavy.cz](mailto:jaroslava.filipova@dnrsvitavy.cz)
- 3 **Domov pod hradem Žampach**  
Orlice 168, 561 51 Letohrad; [www.csszampach.cz](http://www.csszampach.cz); tel.: 465 618 134; 465 618 184; [reditel@csszampach.cz](mailto:reditel@csszampach.cz)

**Chráněné bydlení** je pobytová služba určená lidem se zdravotním postižením a duševním onemocněním. Služba je poskytována formou skupinového nebo individuálního bydlení, ve kterém je zajištěna podpora ze strany pracovníka služby v rozsahu dle potřeb klienta/klientů. Cílem služby je podpořit člověka, aby žil běžným způsobem života. Služba je poskytována za úhradu podle skutečného rozsahu poskytované pomoci.

- 4 **BERENIKA - Vysoké Mýto, o.p.s.**  
Plk. B. Kohouta 914, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; [www.berenika-vm.cz](http://www.berenika-vm.cz); tel.: 737 801 093;  
[rehakova.berenika@seznam.cz](mailto:rehakova.berenika@seznam.cz)
- 5 **Centrum sociálních služeb Bystré**  
Na podkově 7, Bystré, 569 92 Bystré u Poličky; [www.cssbystre.cz](http://www.cssbystre.cz); tel.: 468 001 115; [cssbystre@cssbystre.cz](mailto:cssbystre@cssbystre.cz)
- 6 **Domov Na cestě**  
Tyršova 389, 539 73 Skuteč; [www.domovnaceste.cz](http://www.domovnaceste.cz); tel.: 702 278 496, 606 038 010; [info@domovnaceste.cz](mailto:info@domovnaceste.cz)
- 7 **Domov na rozcestí Svitavy**  
Tkalcovská 381/1, Lány, 568 02 Svitavy 2; [www.dnrsvitavy.cz](http://www.dnrsvitavy.cz); tel.: 461 533 372, 461 531 783, 461 531 863;  
[jaroslava.filipova@dnrsvitavy.cz](mailto:jaroslava.filipova@dnrsvitavy.cz)
- 8 **Domov pod hradem Žampach**  
Žampach 1, 564 01 Žamberk; [www.csszampach.cz](http://www.csszampach.cz); tel.: 465 618 184; [reditel@csszampach.cz](mailto:reditel@csszampach.cz)
- 9 **Domov pod Kuňkou**  
Ráby 162, 533 52 Staré Hradiště u Pardubic; [www.dpkr.cz](http://www.dpkr.cz); tel.: 466 415 636, 724 333 903; [chb@dpkr.cz](mailto:chb@dpkr.cz)
- 10 **Domov sociálních služeb Slatiňany**  
Klášteří 795, 538 21 Slatiňany; [www.dss.cz](http://www.dss.cz); tel.: 469 681 461; [dss@dss.cz](mailto:dss@dss.cz)
- 11 **Domov u studánky**  
Anenská Studánka 41, 563 01 Lanškroun; [www.domovustudanky.cz](http://www.domovustudanky.cz); tel.: 465 507 700; [info@domust.cz](mailto:info@domust.cz)

**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](http://www.tcpce.cz);

**Služba je poskytována:**

Plk. B. Kohouta 914, 566 01 Vysoké Mýto; tel.: 774 415 173;

Městský park 274, 537 01 Chrudim 1; tel.: 469 623 368;

nábřeží Závodu míru 1961, 530 02 Pardubice 2; tel.: 466 500 615, [pardubice@tyflocentrum.cz](mailto:pardubice@tyflocentrum.cz)

**Odlehčovací služby** jsou poskytovány různými formami: terénní, ambulantiční či pobytovou. Lze je využít k přechodnému pobytu osoby, o kterou pečujete. A to opakovaně, po dobu celého kalendářního roku. Služba je poskytována za úhradu.



● senioři ● OZP

**BERENIKA – Vysoké Mýto, o.p.s.**

1 Plk. B. Kohouta 914, 566 01 Vysoké Mýto

[www.berenika-vm.cz](http://www.berenika-vm.cz); tel.: 737 801 093; [rehakova.berenika@seznam.cz](mailto:rehakova.berenika@seznam.cz)

**2 Domov důchodců Ústí nad Orlicí**

Cihlářská 761, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; [www.dduo.cz](http://www.dduo.cz); tel.: 734 793 446; [info@dduo.cz](mailto:info@dduo.cz)

**3 Domov pod hradem Žampach**

[www.csszampach.cz](http://www.csszampach.cz); tel.: 465 618 184; 465 618 134; [reditel@csszampach.cz](mailto:reditel@csszampach.cz)

<b>4 Domov seniorů Seč, s.r.o.</b>	Seč 526, 538 07 Seč 1; <a href="http://www.dsssec.cz">www.dsssec.cz</a> ; tel.: 725 500 661, 702 164 882; <a href="mailto:info@dsssec.cz">info@dsssec.cz</a>	●	●
<b>5 Domov sociálních služeb Slatiňany</b>	<a href="http://www.dss.cz">www.dss.cz</a> ; tel.: 469 681 461; <a href="mailto:dss@dss.cz">dss@dss.cz</a>		●
<b>6 Domov u fontány</b>	Libušina 1060, 535 01 Přelouč; <a href="http://www.domovufontany.cz">www.domovufontany.cz</a> ; tel.: 466 959 166; <a href="mailto:info@domovufontany.cz">info@domovufontany.cz</a>	●	●
<b>7 Domov u studánky</b>	Anenská Studánka 41, 563 01 Lanškroun; <a href="http://www.domovustudanky.cz">www.domovustudanky.cz</a> ; tel.: 465 507 700; <a href="mailto:info@domust.cz">info@domust.cz</a>	●	●
<b>8 Farní charita Litomyšl</b>	Dukelská 750, 570 01 Litomyšl; <a href="http://www.litomysl.charita.cz">www.litomysl.charita.cz</a> ; tel.: 731 598 890; <a href="mailto:rpjindra@lit.cz">rpjindra@lit.cz</a>	●	●
<b>9 Ledax Vysoké Mýto o.p.s.</b>	Žižkova 913, 566 01 Vysoké Mýto; <a href="http://www.dsvysokemyto.cz">www.dsvysokemyto.cz</a> ; tel.: 725 466 574; <a href="mailto:socialni.pracovnik@dsvysokemyto.cz">socialni.pracovnik@dsvysokemyto.cz</a>	●	●
<b>10 Lůžkové a sociální centrum pro seniory o.p.s.</b>	Obce Ležáků 166, 537 01 Chrudim 1; <a href="http://www.domovsenioruchrudim.cz">www.domovsenioruchrudim.cz</a> ; tel.: 777 103 690, 773 114 642; <a href="mailto:domovsenioru1@chrudim.cz">domovsenioru1@chrudim.cz</a>	●	●
<b>11 Služba je poskytována:</b>	<b>Oblastní charita Pardubice</b> V Ráji 732, 530 02 Pardubice; <a href="http://www.pardubice.charita.cz">www.pardubice.charita.cz</a> ; tel.: 775 296 833; <a href="mailto:trebosice@charitapardubice.cz">trebosice@charitapardubice.cz</a> <b>Služba je poskytována:</b> Devotyho 1, Mikulovice, 530 02 Pardubice Třebosice 22, 530 02 Pardubice 2 V Ráji 786, 530 02 Pardubice	●	●
<b>12 SKP-CENTRUM, o.p.s.</b>	K Dubu 711, 533 74 Horní Jelení; <a href="http://www.skp-centrum.cz">www.skp-centrum.cz</a> ; tel.: 466 030 617; <a href="mailto:simeon.info@skp-centrum.cz">simeon.info@skp-centrum.cz</a>	●	●
<b>13 Sociální služby Česká Třebová</b>	Bezděkov 918, 560 02 Česká Třebová; <a href="http://www.ssct.cz">www.ssct.cz</a> ; tel.: 733 154 266; <a href="mailto:reditelka@socialnisluzbyct.cz">reditelka@socialnisluzbyct.cz</a> ; <a href="mailto:aktivizacni-ct2@socialnisluzby.cz">aktivizacni-ct2@socialnisluzby.cz</a> ;	●	
<b>14 Sociální služby Lanškroun</b>	Janáčkova 1003, 563 01 Lanškroun; <a href="http://www.soslla.cz">www.soslla.cz</a> ; tel.: 465 503 001; <a href="mailto:reditel@soslla.cz">reditel@soslla.cz</a>	●	
<b>15 Sociální služby města Moravská Třebová</b>	Komenského 297/54, 571 01 Moravská Třebová; <a href="http://www.ddmt.cz">www.ddmt.cz</a> ; tel.: 461 318 252; <a href="mailto:janousek@mtrebova-city.cz">janousek@mtrebova-city.cz</a>	●	
<b>16 Svazek obcí AZASS</b>	Nad Kašpárkem 496, 569 92 Bystré u Poličky; <a href="http://www.azass.cz/domov">www.azass.cz/domov</a> ; tel.: 734 673 693; <a href="mailto:reditelka.domovy@azass.cz">reditelka.domovy@azass.cz</a> ; <a href="mailto:domovy@azass.cz">domovy@azass.cz</a> ;	●	●
<b>17 Domov pro seniory Sloupnice</b>	Horní Sloupnice 258, 565 53 Sloupnice; <a href="http://www.ddsloupnice.cz">www.ddsloupnice.cz</a> ; tel.: 465 549 116; <a href="mailto:domov@ddsloupnice.cz">domov@ddsloupnice.cz</a> ; <a href="mailto:reditel@ddsloupnice.cz">reditel@ddsloupnice.cz</a>	●	
<b>18 Seniorcentrum města Svitavy s.r.o.</b>	T. G. Masaryka 7/33a, Předměstí, 568 02 Svitavy; <a href="http://www.seniorcentrum.svitavy.cz">www.seniorcentrum.svitavy.cz</a> ; tel.: 461 533 490; <a href="mailto:seniorcentrum@svitavy.cz">seniorcentrum@svitavy.cz</a>	●	●

**Centra denních služeb a denní stacionáře** jsou zařízení, která zajišťují péči během dne o seniory, děti a dospělé se zdravotním postižením případně duševním onemocněním, kteří žijí ve své domácnosti nebo se svou rodinou a kteří potřebují podporu v oblastech péče o vlastní osobu, hygieny, zajištění stravy, aktivizace apod. Služby jsou poskytovány za úhradu.



### Centra denních služeb

<b>1</b>	<b>Další cesta z.s.</b> Ke Mlýnu 463, 533 61 Choltice; <a href="http://www.dalsicesta.cz">www.dalsicesta.cz</a> ; tel.: 724 516 885; <a href="mailto:brozkova.lenka@seznam.cz">brozkova.lenka@seznam.cz</a>	●
<b>2</b>	<b>Domov seniorů Drachtinka</b> Fůgnerova 937, Hlinsko, 539 01 Hlinsko 1; <a href="http://www.drachtinka.cz">www.drachtinka.cz</a> ; tel.: 725 984 635, 601 360 391, 469 315 871; <a href="mailto:motyl@drachtinka.cz">motyl@drachtinka.cz</a> ; <a href="mailto:reditel@drachtinka.cz">reditel@drachtinka.cz</a>	●
<b>3</b>	<b>Charita Svitavy</b> <a href="http://www.svitavy.caritas.cz">www.svitavy.caritas.cz</a> ; tel.: 731 646 945; <a href="mailto:cds@svitavy.charita.cz">cgs@svitavy.charita.cz</a> Pracoviště Světlanka: Felberova 715/31, Lány, 568 02 Svitavy 2 Pracoviště Světlanka: Polní 354/2, Lány, 568 02 Svitavy 2	● ●
<b>4</b>	<b>KŘÍŽOVATKA handicap centrum, o.p.s.</b> K Blahobytu 1763, Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice; <a href="http://www.krizovatka-hc.cz">www.krizovatka-hc.cz</a> ; tel.: 775 766 453, 775 766 454, 774 467 777; <a href="mailto:pesek@krizovatka-hc.cz">pesek@krizovatka-hc.cz</a> ; <a href="mailto:machackova@krizovatka-hc.cz">machackova@krizovatka-hc.cz</a>	●
<b>5</b>	<b>Most do života</b> Erno Košťála 1015, Pardubice III – Studánka, 530 12 Pardubice 12; <a href="http://www.mostdozivota.org">www.mostdozivota.org</a> ; tel.: 608 071 015; 731 788 318; <a href="mailto:jaroslava.shejbalova@mostdozivota.org">jaroslava.shejbalova@mostdozivota.org</a>	●

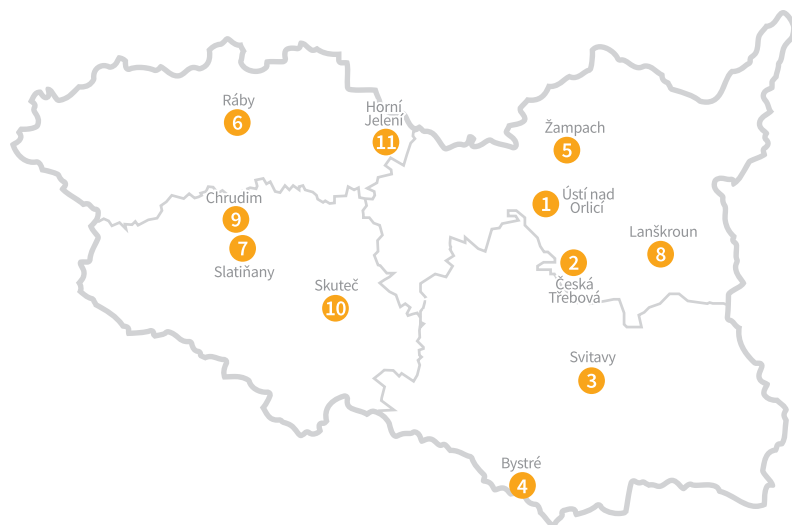
● senioři ● OZP

### Denní stacionáře

<b>6</b>	<b>BERENIKA – Vysoké Mýto, o.p.s.</b> Plk. B. Kohouta 914, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; <a href="http://www.berenika-vm.cz">www.berenika-vm.cz</a> ; tel.: 468 003 470, 737 801 093; <a href="mailto:rehakova.berenika@seznam.cz">rehakova.berenika@seznam.cz</a>	●
<b>7</b>	<b>Centrum sociálních služeb a pomoci Chrudim – Jitřenka</b> Městský park 828, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; <a href="http://www.socialni-sluzby.cz">www.socialni-sluzby.cz</a> ; tel.: 469 620 032, 733 145 529; <a href="mailto:jitrenka@socialni-sluzby.cz">jitrenka@socialni-sluzby.cz</a> , <a href="mailto:centrum@socialni-sluzby.cz">centrum@socialni-sluzby.cz</a>	●
<b>8</b>	<b>Centrum sociálních služeb a pomoci Chrudim – Pohoda</b> Městský park 828, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; <a href="http://www.socialni-sluzby.cz">www.socialni-sluzby.cz</a> ; tel.: 469 622 032, 733 145 527, 733 145 544; <a href="mailto:pohoda@socialni-sluzby.cz">pohoda@socialni-sluzby.cz</a> ; <a href="mailto:centrum@socialni-sluzby.cz">centrum@socialni-sluzby.cz</a>	● ●
<b>9</b>	<b>Domov sociálních služeb Slatiňany</b> Klášteří 795, 538 21 Slatiňany; <a href="http://www.dss.cz">www.dss.cz</a> ; tel.: 469 681 461; <a href="mailto:dss@dss.cz">dss@dss.cz</a>	●
<b>10</b>	<b>Charita Moravská Třebová</b> Svitavská 655/44, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová 1; <a href="http://www.mtrebova.charita.cz">www.mtrebova.charita.cz</a> ; tel.: 733 676 796; <a href="mailto:stacionar@mtrebova.charita.cz">stacionar@mtrebova.charita.cz</a>	●
<b>11</b>	<b>Ledax Víta z.ú.</b> Komenského 199, Pražské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; <a href="http://www.ledaxsluzby.cz">www.ledaxsluzby.cz</a> ; tel.: 724 009 603; <a href="mailto:irena.lavicka@dsvyšokemyto.cz">irena.lavicka@dsvyšokemyto.cz</a> ; <a href="mailto:socialni.pracovnik@dsvyšokemyto.cz">socialni.pracovnik@dsvyšokemyto.cz</a>	● ●
<b>12</b>	<b>MIREA denní stacionář, o.p.s.</b> Mozartova 456, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; <a href="http://www.mirea.cz">www.mirea.cz</a> ; tel.: 466 262 384, 603 535 959; <a href="mailto:mirea@mirea.cz">mirea@mirea.cz</a>	●
<b>13</b>	<b>Oblastní charita Nové Hradky u Skutče</b> Chotovice 31, 570 01 Litomyšl; <a href="http://www.novehrady.charita.cz">www.novehrady.charita.cz</a> ; tel.: 731 598 809; <a href="mailto:dcmladez@charita.info">dcmladez@charita.info</a> , <a href="mailto:lenka.svecova@chnh.hk.caritas.cz">lenka.svecova@chnh.hk.caritas.cz</a> , <a href="mailto:reditel@charita.info">reditel@charita.info</a>	● ●
<b>14</b>	<b>Oblastní charita Polička</b> Vrchlického 22, Dolní Předměstí, 572 01 Polička; Vrchlického 10, Dolní Předměstí, 572 01 Polička; <a href="http://www.policka.charita.cz">www.policka.charita.cz</a> ; tel.: 734 683 073; <a href="mailto:ds@pol.hk.caritas.cz">ds@pol.hk.caritas.cz</a>	●
<b>15</b>	<b>Ruka pro život o.p.s.</b> J. E. Purkyně 1150, Litomyšl-Město, 570 01 Litomyšl; <a href="http://www.rukaprozivot.cz">www.rukaprozivot.cz</a> ; tel.: 733 158 496; <a href="mailto:info@rukaprozivot.cz">info@rukaprozivot.cz</a>	● ●
<b>16</b>	<b>S handicapem bez bariér, z.s.</b> Školní 305, 539 73 Skuteč; <a href="http://www.spzs-skutec.cz/ss-handicapem-bez-barier-z-s">www.spzs-skutec.cz/ss-handicapem-bez-barier-z-s</a> ; tel.: 602 142 745; <a href="mailto:t.varejcko@seznam.cz">t.varejcko@seznam.cz</a>	●
<b>17</b>	<b>Sociální služby města Pardubic</b> <a href="http://www.ssmpe.cz">www.ssmpe.cz</a> ; tel.: 466 304 924; <a href="mailto:info@ssmpce.cz">info@ssmpce.cz</a> <b>Denní stacionář Slunečnice Pardubice</b> Artura Krause 1995, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2 <b>Denní stacionář Slunečnice Pardubice</b> Erno Košťála 1017, Pardubice III – Studánka, 530 12 Pardubice 12 <b>Denní stacionář Slunečnice Pardubice</b> Artura Krause 2371, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2 <b>Denní stacionář Slunečnice Pardubice – kavárna Slunečnice</b> Jilemnického 2226, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2	● ●
<b>18</b>	<b>Základní škola a Praktická škola SVÍTÁNÍ, o.p.s.</b> Komenského 432, Pardubice IV – Pardubičky, 530 03 Pardubice 3; <a href="http://www.svitani.cz">www.svitani.cz</a> ; tel.: 466 049 911; <a href="mailto:svitani@svitani.cz">svitani@svitani.cz</a>	●

● senioři ● OZP

## Týdenní stacionáře a domovy pro osoby se zdravotním postižením



**Týdenní stacionáře** poskytují ubytování, stravu a péči lidem se zdravotním postižením, duševním onemocněním, případně seniorům, kteří vyžadují celodenní péči. Služba je kombinována s péčí v domácím prostředí, kam se klient obvykle vrací na víkend. Je poskytována za úhradu.

- 1 Centrum sociální péče města Ústí nad Orlicí**  
Čs. armády 262, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; [www.csp-uo.cz](http://www.csp-uo.cz); tel.: 735 167 656; [vedouci.stac@csp-uo.cz](mailto:vedouci.stac@csp-uo.cz)
- 2 Sociální služby Česká Třebová**  
Lhota 172, 560 02 Česká Třebová; [www.ssct.cz](http://www.ssct.cz); tel.: 736 509 768; [stacionar@socialnisluzbyct.cz](mailto: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, a jsou poskytovány za úhradu.

● dospělí ● děti

- 3 Domov na rozcestí Svitavy**  
Tkalcovská 381/1, Lány, 568 02 Svitavy 2; [www.dnrsvitavy.cz](http://www.dnrsvitavy.cz); tel.: 461 531 783, 461 533 372;  
[jaroslava.filipova@dnrsvitavy.cz](mailto:jaroslava.filipova@dnrsvitavy.cz)
- 4 Centrum sociálních služeb Bystré**  
Školní 319, Bystré, 569 92 Bystré u Poličky; [www.cssbystre.cz](http://www.cssbystre.cz); tel.: 468 001 115;  
[cssbystre@cssbystre.cz](mailto:cssbystre@cssbystre.cz)

<b>5 Domov pod hradem Žampach</b> Žampach 1, 564 01 Žamberk; <a href="http://www.csszampach.cz">www.csszampach.cz</a> ; tel.: 465 618 184, 465 618 134; <a href="mailto:reditel@csszampach.cz">reditel@csszampach.cz</a>	● ●
<b>6 Domov pod Kuňkou</b> Ráby 162, 533 52 Staré Hradiště u Pardubic; <a href="http://www.dpkr.cz">www.dpkr.cz</a> ; tel.: 466 415 636, 728 427 626; <a href="mailto:sluzby@dpkr.cz">sluzby@dpkr.cz</a>	●
<b>7 Domov sociálních služeb Slatiňany</b> Klášteří 795, 538 21 Slatiňany; <a href="http://www.dss.cz">www.dss.cz</a> ; tel.: 469 681 461; <a href="mailto:dss@dss.cz">dss@dss.cz</a>	● ●
<b>8 Domov u studánky</b> Anenská Studánka 41, 563 01 Lanškroun; <a href="http://www.domovustudanky.cz">www.domovustudanky.cz</a> ; tel.: 465 507 700; <a href="mailto:info@domust.cz">info@domust.cz</a>	●
<b>Lůžkové a sociální centrum pro seniory o.p.s.</b> 9 Obce Ležáků 166, Chrudim III, 537 01 Chrudim 1; <a href="http://www.domovsenioruchrudim.cz">www.domovsenioruchrudim.cz</a> ; tel.: 777 103 690; <a href="mailto:domovsenioru1@chrudim.cz">domovsenioru1@chrudim.cz</a>	●
<b>10 SeniorCentrum Skuteč</b> Smetanova 946, 539 73 Skuteč; <a href="http://www.scskutec.cz">www.scskutec.cz</a> ; tel.: 602 161 184; <a href="mailto:bodlakova.linda@scskutec.cz">bodlakova.linda@scskutec.cz</a>	●
<b>SKP-CENTRUM, o.p.s.</b> 11 K Dubu 711, 533 74 Horní Jelení; <a href="http://ww.skp-centrum.cz">ww.skp-centrum.cz</a> ; tel.: 466 030 617; <a href="mailto:simeon.info@skp-centrum.cz">simeon.info@skp-centrum.cz</a>	●

**Sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních lůžkové péče** jsou poskytovány v některých zdravotnických zařízeních. Jedná se však o sociální, nikoliv zdravotní, službu poskytovanou za úhradu. Tato specifická sociální služba je určena lidem, kteří již nevyžadují zdravotní lůžkovou péči (hospitalizaci), ale díky svému zdravotnímu stavu nemohou být bez pomoci druhé osoby a není možné je z tohoto důvodu propustit z hospitalizace. Služba je poskytována na nezbytně nutnou dobu, do chvíle, než je zajištěna potřebná péče jiným způsobem, například v domácím prostředí nebo poskytováním sociální služby.



#### AESKULAP spol.s r.o.

**1** Červená Voda 333, 561 61 Červená Voda 1; [www.aeskulap.cz](http://www.aeskulap.cz); tel.: 469 777 915, 602 483 630; [socprac@ldncv.cz](mailto:socprac@ldncv.cz); [aeskulap@ldncv.cz](mailto:aeskulap@ldncv.cz)

#### Albertinum , odborný léčebný ústav v Žamberku

**2** Za Kopečkem 353, 564 01 Žamberk; [albertinum-olu.cz](http://albertinum-olu.cz); tel.: 607 009 887, 465 677 823, 465 612 111; [dolejsova@albertinum.cz](mailto:dolejsova@albertinum.cz), [albertinum@albertinum-olu.cz](mailto:albertinum@albertinum-olu.cz)

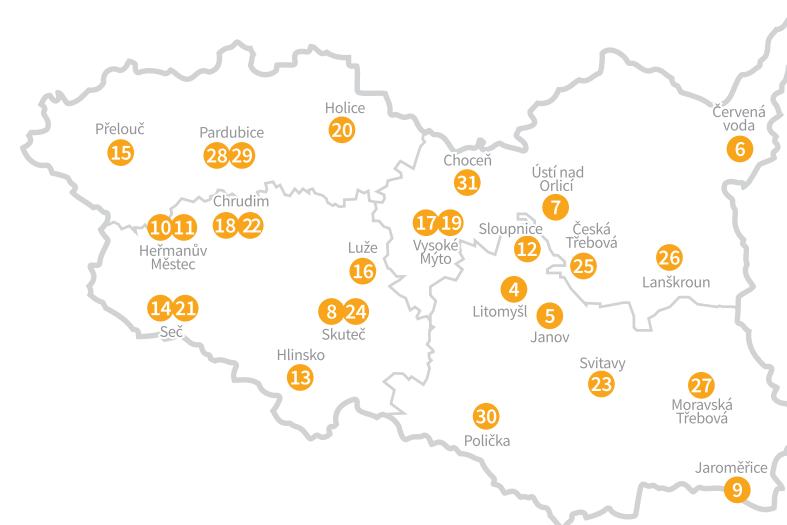
#### Léčebna dlouhodobě nemocných Rybitví

**3** Činžovních domů 140, 533 54 Rybitví; [www.ldn-rybitvi.cz](http://www.ldn-rybitvi.cz); tel.: 466 680 125; [tomsu.ldn@seznam.cz](mailto:tomsu.ldn@seznam.cz)

#### Poličská nemocnice s.r.o.

**4** Eimova 294, Horní Předměstí, 572 01 Polička; tel.: 461 722 700; [ldn.nempol@tiscali.cz](mailto:ldn.nempol@tiscali.cz)

**Domovy pro seniory a domovy se zvláštním režimem** jsou služby, které poskytují za úhradu ubytování, stravu a péči 24 hodin denně. Domov pro seniory je určen osobám, jejichž soběstačnost je snížena zejména z důvodu věku. Domov se zvláštním režimem je určen lidem se sníženou soběstačností z důvodu chronického duševního onemocnění nebo závislosti na návykových látkách, lidem s Alzheimerovou nemocí a ostatními typy demencí. Služby v domovech se zvláštním režimem jsou nabízeny lidem různého věku dle zaměření služby a jsou přizpůsobeny specifickým potřebám klientů (například dezorientace).



● domov pro seniory ● domovy se zvláštním režimem pro lidi s demencí vč. seniorů  
● domovy se zvláštním režimem pro lidi s jiným duševním onemocněním

#### ALZHEIMER HOME Pardubice

**1** Bělehradská 591, Polabiny, 530 09 Pardubice; [www.alzheimerhome.cz](http://www.alzheimerhome.cz); tel.: 737 062 788; [info@alzheimerhome.cz](mailto:info@alzheimerhome.cz)

#### ALZHEIMER HOME Lázně Bohdaneč

**2** Za Školkou 620, 533 41 Lázně Bohdaneč; [www.alzheimerhome.cz](http://www.alzheimerhome.cz); tel.: 603 461 581, 605 724 840; [info@alzheimerhome.cz](mailto:info@alzheimerhome.cz)

#### Anděla – sociální družstvo

**3** Albrechtice 130, 563 01 Lanškroun; [www.domovlaudon.cz](http://www.domovlaudon.cz); tel.: 739 045 111; 604 217 720; [info@andela.cz](mailto:info@andela.cz), [reditel@domovlaudon.cz](mailto:reditel@domovlaudon.cz)

#### Centrum sociální pomoci města Litomyšl

**4** Zámecká 500, Litomyšl-Město, 570 01 Litomyšl; [www.csplitomysl.cz](http://www.csplitomysl.cz); tel.: 461 614 861; [reditel@csplitomysl.cz](mailto:reditel@csplitomysl.cz)



<b>5</b>	<b>Farní charita Litomyšl – Charitní domov Mendryka</b> Janov 1, 569 55 Janov u Litomyšle; <a href="http://www.litomysl.charita.cz">www.litomysl.charita.cz</a> ; tel.: 604 299 469; <a href="mailto:mendryka@lit.hk.caritas.cz">mendryka@lit.hk.caritas.cz</a>	●
<b>6</b>	<b>Domov důchodců sv. Zdislavy</b> Červená Voda 253, 561 61 Červená Voda 1; <a href="http://www.domov-svzdislavy.cz">www.domov-svzdislavy.cz</a> ; tel.: 465 626 203; <a href="mailto:domov.svzdislavy@tiscal.cz">domov.svzdislavy@tiscal.cz</a>	●
<b>7</b>	<b>Domov důchodců Ústí nad Orlicí</b> Cihlářská 761, Ústí nad Orlicí, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; <a href="http://www.dduo.cz">www.dduo.cz</a> ; tel.: 730 186 838; 734 793 446; <a href="mailto:miluse.kopecka@dduo.cz">miluse.kopecka@dduo.cz</a>	● ●
<b>8</b>	<b>Domov Na cestě</b> Tyršova 389, 539 73 Skuteč; <a href="http://www.domovnacestě.cz">www.domovnacestě.cz</a> ; tel.: 702 227 380, 601 089 412; <a href="mailto:info@domovnacestě.cz">info@domovnacestě.cz</a> , <a href="mailto:eva.teclova@domovnacestě.cz">eva.teclova@domovnacestě.cz</a> , <a href="mailto:misa.ruzickova@domovnacestě.cz">misa.ruzickova@domovnacestě.cz</a>	●
<b>9</b>	<b>Domov na Kalvárii s.r.o.</b> Jaroměřice 271, 569 44 Jaroměřice u Jevíčka; <a href="http://www.domovkalvarie.cz">www.domovkalvarie.cz</a> ; tel.: 608 735 333, 776 873 333; <a href="mailto:domov.kalvarie@seznam.cz">domov.kalvarie@seznam.cz</a>	●
<b>10</b>	<b>Domov pro seniory</b> U Bažantnice 63, 538 03 Heřmanův Městec; <a href="http://www.domov-senioru-bazantnice.cz">www.domov-senioru-bazantnice.cz</a> ; tel.: 469 660 278; <a href="mailto:podatelna@dshm.cz">podatelna@dshm.cz</a> ; <a href="mailto:domov.duchodcu.hm@iol.cz">domov.duchodcu.hm@iol.cz</a>	●
<b>11</b>	<b>Domov pro seniory Heřmanův Městec</b> Masarykovo náměstí 37, 538 03 Heřmanův Městec; <a href="http://www.domov-hm.cz">www.domov-hm.cz</a> ; tel.: 469 695 121; <a href="mailto:domov@domov-hm.cz">domov@domov-hm.cz</a>	● ●
<b>12</b>	<b>Domov pro seniory Sloupnice</b> Horní Sloupnice 258, 565 53 Sloupnice; <a href="http://www.ddsloupnice.cz">www.ddsloupnice.cz</a> ; tel.: 465 549 116; <a href="mailto:domov@ddsloupnice.cz">domov@ddsloupnice.cz</a> , <a href="mailto:reditel@ddsloupnice.cz">reditel@ddsloupnice.cz</a>	●
<b>13</b>	<b>Domov seniorů Drachtinka</b> Erbenova 1631, Hlinsko, 539 01 Hlinsko 1; <a href="http://www.drachtinka.cz">www.drachtinka.cz</a> ; tel.: 469 318 022, 469 315 871; <a href="mailto:info@drachtinka.cz">info@drachtinka.cz</a>	●
<b>14</b>	<b>Domov seniorů Seč, s.r.o.</b> Seč 526, 538 07 Seč 1; <a href="http://www.dsssec.cz">www.dsssec.cz</a> ; tel.: 725 500 661; <a href="mailto:info@dsssec.cz">info@dsssec.cz</a>	● ●
<b>15</b>	<b>Domov u fontány</b> Libušina 1060, 535 01 Přelouč; <a href="http://www.domovufontany.cz">www.domovufontany.cz</a> ; tel.: 776 873 333, 466 959 167; <a href="mailto:info@domovufontany.cz">info@domovufontany.cz</a>	● ●
<b>16</b>	<b>Dům klidného stáří Glossus s.r.o.</b> Radim 89, 538 54 Luže; <a href="http://www.dumstari.cz">www.dumstari.cz</a> ; tel.: 469 671 057, 777 036 416; <a href="mailto:info@dumstari.cz">info@dumstari.cz</a>	●
<b>17</b>	<b>Ledax Vysoké Mýto o.p.s.</b> Žižkova 913, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; <a href="http://www.dsvysokemyto.cz">www.dsvysokemyto.cz</a> ; tel.: 725 466 547, 606 077 047; <a href="mailto:irena.lavicka@dsvysokemyto.cz">irena.lavicka@dsvysokemyto.cz</a> , <a href="mailto:socialni.pracovnik@dsvysokemyto.cz">socialni.pracovnik@dsvysokemyto.cz</a>	● ●
<b>18</b>	<b>Lůžkové a sociální centrum pro seniory o.p.s.</b> Obce Ležáků 166, Chrudim III, 537 01 Chrudim 1; <a href="http://www.domovsenioruchrudim.cz">www.domovsenioruchrudim.cz</a> ; tel.: tel.: 773 114 642, 777 006 021; <a href="mailto:domovsenioru4@chrudim.cz">domovsenioru4@chrudim.cz</a>	● ●
<b>19</b>	<b>NADĚJE</b> náměstí Naděje 731, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; <a href="http://www.nadeje.cz">www.nadeje.cz</a> ; tel.: 465 424 825; <a href="mailto:vysoke.myto@nadeje.cz">vysoke.myto@nadeje.cz</a>	●

<b>20</b>	<b>Sanatorium Topas s.r.o. – Holice v Čechách</b> Husova 771, 534 01 Holice; <a href="http://www.sanatorium-topas.cz">www.sanatorium-topas.cz</a> ; tel.: 739 721 124; <a href="mailto:alena.holousova@sanatorium-topas.cz">alena.holousova@sanatorium-topas.cz</a>	●
<b>21</b>	<b>Sanatorium Topas s.r.o. – Seč</b> Čs. pionýrů 197, 538 07 Seč; <a href="http://www.sanatorium-topas.cz">www.sanatorium-topas.cz</a> ; tel.: 774 119 185; <a href="mailto:marcela.batova@sanatorium-topas.cz">marcela.batova@sanatorium-topas.cz</a>	●
<b>22</b>	<b>SeneCura SeniorCentrum Chrudim s.r.o.</b> Čáslavská 525, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; <a href="http://www.chrudim.senecura.cz">www.chrudim.senecura.cz</a> ; tel.: 721 556 955, 725 504 421; <a href="mailto:chrudim@senecura.cz">chrudim@senecura.cz</a>	● ●
<b>23</b>	<b>Seniorcentrum města Svitavy s.r.o.</b> T. G. Masaryka 7/33a, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; <a href="http://www.seniorcentrum.svitavy.cz">www.seniorcentrum.svitavy.cz</a> ; tel.: 461 533 490, 731 605 891; <a href="mailto:leos.pivonka@svitavy.cz">leos.pivonka@svitavy.cz</a> , <a href="mailto:seniorcentrum@svitavy.cz">seniorcentrum@svitavy.cz</a>	● ●
<b>24</b>	<b>SeniorCentrum Skuteč</b> Smetanova 946, 539 73 Skuteč; <a href="http://www.scskutec.cz">www.scskutec.cz</a> ; tel.: 602 161 184; <a href="mailto:bodlakova.linda@scskutec.cz">bodlakova.linda@scskutec.cz</a>	●
<b>25</b>	<b>Sociální služby Česká Třebová</b> Bezděkov 918, Česká Třebová, 560 02 Česká Třebová 2; <a href="http://www.ssct.cz">www.ssct.cz</a> ; tel.: 733 154 266; <a href="mailto:reditelka@socialnisluzbyct.cz">reditelka@socialnisluzbyct.cz</a> , <a href="mailto:aktivizacni-ct2@socialnisluzby.cz">aktivizacni-ct2@socialnisluzby.cz</a>	●
<b>26</b>	<b>Sociální služby Lanškroun</b> Janáčkova 1003, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun; <a href="http://www.soslla.cz">www.soslla.cz</a> ; tel.: 465 503 001; <a href="mailto:reditel@soslla.cz">reditel@soslla.cz</a>	● ●
<b>27</b>	<b>Sociální služby města Moravská Třebová</b> Svitavská 308/8, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová; <a href="http://www.ddmt.cz">www.ddmt.cz</a> ; tel.: 461 318 252; <a href="mailto:soc.sluzby@mtrebova-city.cz">soc.sluzby@mtrebova-city.cz</a>	● ●
<b>28</b>	<b>Sociální služby města Pardubic</b> Štrossova 357, Pardubice I – Bílé Předměstí, 530 03 Pardubice 3; <a href="http://www.ssmpe.cz">www.ssmpe.cz</a> ; tel.: 466 613 176; <a href="mailto:kostelicek@ssmpce.cz">kostelicek@ssmpce.cz</a>	● ● ●
<b>29</b>	<b>Sociální služby města Pardubic</b> Blahoutova 646, Pardubice III – Studánka, 530 12 Pardubice 12; <a href="http://www.ssmpe.cz">www.ssmpe.cz</a> ; tel.: 466 262 345; <a href="mailto:dubina@ssmpce.cz">dubina@ssmpce.cz</a>	●
<b>30</b>	<b>Svazek obcí AZASS</b> Palackého nám. 160, Polička-Město, 572 01 Polička; <a href="http://www.azass.cz/domov">www.azass.cz/domov</a> ; tel.: 734 673 693, 731 043 601; <a href="mailto:reditelka.domovy@azass.cz">reditelka.domovy@azass.cz</a> , <a href="mailto:domovy@azass.cz">domovy@azass.cz</a>	● ●
<b>31</b>	<b>Zařízení sociální péče Choceň</b> Dr. Fikejze 525, 565 01 Choceň 1, <a href="http://www.zspchocen.cz">www.zspchocen.cz</a> ; tel.: 465 472 105; 731 053 286; <a href="mailto:podatelna@zspchocen.cz">podatelna@zspchocen.cz</a>	●

- domov pro seniory ● domovy se zvláštním režimem pro lidi s demencí vč. seniorů  
● domovy se zvláštním režimem pro lidi s jiným duševním onemocněním

## Azylové domy a domy na půl cesty



**Azylové domy** poskytují ubytování na přechodnou dobu lidem, kteří přišli o bydlení a jsou ve složité životní situaci. Pracovníci služby jim pomohou s hledáním bydlení, zaměstnání, s vyřizováním osobních a úředních záležitostí.

### Centrum J. J. Pestalozziho, o.p.s. – Azylový dům Chrudim

- 1** Malecká 613, 537 05 Chrudim; [www.pestalozzi.cz](http://www.pestalozzi.cz); tel.: 469 311 460, 725 719 028, 469 311 611; [ad.chrudim@pestalozzi.cz](mailto:ad.chrudim@pestalozzi.cz)

### Cesta pro rodinu, z.ú.

- 2** Čs. armády 728, 564 01 Žamberk; [www.cestaprorodinu.cz](http://www.cestaprorodinu.cz); tel.: 465 321 327, 774 621 302, 465 321 295; [soc.pracovnice@cestaprorodinu.cz](mailto:soc.pracovnice@cestaprorodinu.cz)

### Domov pro rodinu, z.s.

- 3** Lanškrounská 245/73, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová;  
Nádražní 1480/17, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová;  
Alšova 1376/26, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová;  
[www.domovprorodinu.cz](http://www.domovprorodinu.cz); tel.: 732 680 459, 737 316 280, 603 452 044, 607 112 046; [domovprorodinu@gmail.com](mailto:domovprorodinu@gmail.com)

### Město Svitavy – Sociální služby města Svitavy

- 4** Nádražní 2323/10b, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; [www.svitavy.cz](http://www.svitavy.cz); tel.: 723 055 493, 703 187 849, 733 536 437; [sandra.karpiskova@svitavy.cz](mailto:sandra.karpiskova@svitavy.cz)

### Obecně prospěšná společnost Dlaň životu – Azylový dům pro těhotné matky v tísní

- 5** Hamry 107, 539 01 Hlinsko 1; [www.dlanzivotu.cz](http://www.dlanzivotu.cz); tel.: 733 125 261, 469 311 021, 739 302 619; [ad@dlanzivotu.cz](mailto:ad@dlanzivotu.cz), [glogarova@dlanzivotu.cz](mailto:glogarova@dlanzivotu.cz)

### Oblastní spolek Českého červeného kříže Svitavy – Azylový dům pro matky s dětmi

- 6** Nerudova 21/20, Město, 568 02 Svitavy 2; [www.ckk.svitavy.cz](http://www.ckk.svitavy.cz); tel.: 739 633 694, 739 633 695; [svitavy@cervenykriz.eu](mailto:svitavy@cervenykriz.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](http://www.skp-centrum.cz); tel.: 466 636 077, 777 765 835; [madz@skp-centrum.cz](mailto:madz@skp-centrum.cz)

### SKP-CENTRUM, o.p.s. – Azylový dům pro ženy a matky s dětmi Vysoké Mýto

- 8** Plk. B. Kohouta 914, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; [www.skp-centrum.cz](http://www.skp-centrum.cz); tel.: 461 102 356, 773 448 853, 773 449 991; [adz.info@skp-centrum.cz](mailto:adz.info@skp-centrum.cz)

### SKP-CENTRUM – Azylový dům pro muže

- 9** Milheimova 694, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; [www.skp-centrum.cz](http://www.skp-centrum.cz); tel.: 464 629 249, 777 765 850; [adm@skp-centrum.cz](mailto: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.

### Cesta pro rodinu, z.ú.

- 10** Sadová 1475, 564 01 Žamberk; [www.cestaprorodinu.cz](http://www.cestaprorodinu.cz); tel.: 774 165 295, 465 322 858, 737 662 133; [dpc@cestaprorodinu.cz](mailto:dpc@cestaprorodinu.cz), [dpc.soc@cestaprorodinu.cz](mailto:dpc.soc@cestaprorodinu.cz)

### Květná Zahrada, z.ú.

- 11** Květná 40 a 42, Květná 159, 572 01 Polička  
Alešova 1425/5, 568 02 Svitavy;  
[www.kvetnazahrada.cz](http://www.kvetnazahrada.cz); tel.: 723 089 261; [kvetnazahrada@seznam.cz](mailto:kvetnazahrada@seznam.cz)

### SKP-CENTRUM, o.p.s.

- 12** Jungmannova 2550, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; [www.skp-centrum.cz](http://www.skp-centrum.cz); tel.: 774 658 588, 464 629 612; [dpc.info@skp-centrum.cz](mailto:dpc.info@skp-centrum.cz)

**Telefonická krizová pomoc** slouží lidem v krizové situaci, kteří potřebují okamžitou pomoc. Pomoc 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](http://www.linkaduveryuo.cz); tel.: 465 524 252; [napis@linkaduveryuo.cz](mailto:napis@linkaduveryuo.cz)

**Tlumočnické služby** jsou služby využívané lidmi, kteří mají potíže při komunikaci především z důvodu svého smyslového postižení.

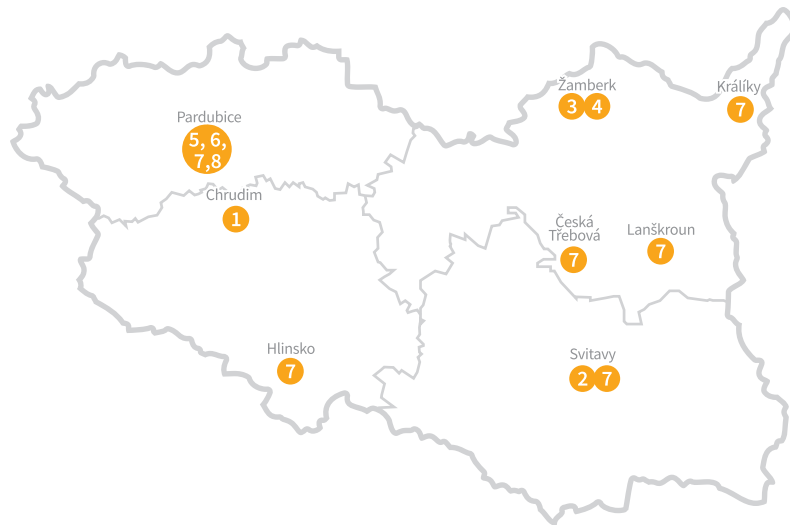
### Tichý svět, o.p.s.

- Jana Palacha 1552, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; [www.tichy Svet.cz](http://www.tichy Svet.cz); tel.: 605 253 123; [marie.horakova@tichy Svet.cz](mailto:marie.horakova@tichy Svet.cz)

### Česká unie neslyšících, z.ú.

- Havlíčková 1025/4, Nové Město, 110 00 Praha 1; [www.eprepis.cz](http://www.eprepis.cz); tel.: 608 719 001; [prepis@cun.cz](mailto:prepis@cun.cz)

## Krizová pomoc, intervenční a kontaktní centra



**Krizová pomoc** je terénní, ambulantní či pobytová služba poskytovaná zdarma na přechodnou dobu osobám, které se nachází v situaci ohrožení zdraví či života. Osobám je zde zajištěna sociálně terapeutická podpora pro překonání krizového stavu. Ubytování je poskytováno zpravidla na dobu nepřesahující 7 dní.

● pobytová ● ambulantní

<b>Centrum J. J. Pestalozziho, o.p.s.</b>		
1	<a href="http://www.pestalozzi.cz">www.pestalozzi.cz</a> ; tel.: 601 001 056, 469 623 899, 725 838 213; <a href="mailto:kc@pestalozzi.cz">kc@pestalozzi.cz</a>	●
	Pracoviště Chrudim: Štěpánkova 107, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1	
	Pracoviště Chrudim: Štěpánkova 108, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1	
<b>Centrum J. J. Pestalozziho, o.p.s.</b>		
2	Milady Horákové 373/10, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; <a href="http://www.pestalozzi.cz">www.pestalozzi.cz</a> ; tel.: 461 321 100, 461 321 200, 725 719 029; <a href="mailto:kcsvi@pestalozzi.cz">kcsvi@pestalozzi.cz</a>	●
<b>Centrum J. J. Pestalozziho, o.p.s.</b>		
3	Masarykovo náměstí 86, 564 01 Žamberk; <a href="http://www.pestalozzi.cz">www.pestalozzi.cz</a> ; tel.: 725 838 127, 725 838 129; <a href="mailto:kcza@pestalozzi.cz">kcza@pestalozzi.cz</a>	●
<b>Cesta pro rodinu, z.ú.</b>		
4	Čs. armády 728, 564 01 Žamberk; <a href="http://www.cestaprorodinu.cz">www.cestaprorodinu.cz</a> ; tel.: 465 321 295, 465 321 327, 774 621 302; <a href="mailto:soc.pracovnice@cestaprorodinu.cz">soc.pracovnice@cestaprorodinu.cz</a>	●
<b>SKP-CENTRUM, o.p.s.</b>		
5	Na Spravedlnosti 803, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; <a href="http://www.skp-centrum.cz">www.skp-centrum.cz</a> ; tel.: 466 636 077, 777 765 835; <a href="mailto:madz@skp-centrum.cz">madz@skp-centrum.cz</a>	●
<b>SKP-CENTRUM, o.p.s.</b>		
6	Erno Košťála 1013, Studánka, 530 12 Pardubice; <a href="http://www.skp-centrum.cz">www.skp-centrum.cz</a> ; tel.: 608 432 117, 777 765 844; <a href="mailto:kc.pardubice@skp-centrum.cz">kc.pardubice@skp-centrum.cz</a>	●

**Intervenční centra** zajišťují první kontakt a koordinaci pomoci pro oběti domácího násilí, může 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](http://www.skp-centrum.cz); tel.: 466 260 528, 774 755 744; [ic.pardubice@skp-centrum.cz](mailto:ic.pardubice@skp-centrum.cz)

**Pracoviště Česká Třebová:** Staré náměstí 78, Česká Třebová, 560 02 Česká Třebová 2

7 **Pracoviště Svitavy:** Wolkerova alej 92/18, Město, 568 02 Svitavy 2

**Pracoviště Hlinsko:** Karla Lidického 1213, Hlinsko, 539 01 Hlinsko 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

**Kontaktní centra** jsou sociální službou, 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 zde možnost provedení osobní hygieny či vyprání prádla.

### 8 Laxus z.ú.

Češkova 2701, 530 02 Pardubice 2; [www.laxus.cz](http://www.laxus.cz); tel.: 734 316 539; [kpc.pardubice@laxus.cz](mailto:kpc.pardubice@laxus.cz)

**Nízkoprahová denní centra** nabízí služby pro osoby bez přístřeší. V těchto denních centrech mají lidé 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.



#### Město Svitavy

- 1 Nádražní 2323/10b, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; [www.svitavy.cz](http://www.svitavy.cz); tel.: 703 187 848, 723 055 493; [sandra.karpiskova@svitavy.cz](mailto:sandra.karpiskova@svitavy.cz), [jana.kratochvilova@svitavy.cz](mailto:jana.kratochvilova@svitavy.cz)

#### Oblastní charita Polička

- 2 Střítežská 399, Dolní Předměstí, 572 01 Polička; [www.policka.charita.cz](http://www.policka.charita.cz); tel.: 731 598 812, 461 723 758; [op.ndc@pol.hk.caritas.cz](mailto:op.ndc@pol.hk.caritas.cz)

#### Oblastní charita Ústí nad Orlicí

- 3 Havlíčkova 1129, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun; [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz); tel.: 605 143 565; [ndc@uo.hk.caritas.cz](mailto:ndc@uo.hk.caritas.cz)

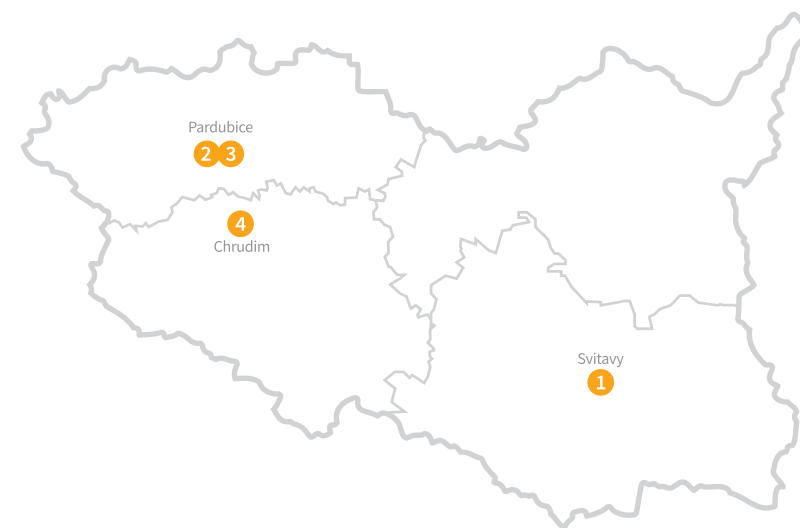
#### SKP-CENTRUM, o.p.s.

- 4 Jana Palacha 324/37, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; [www.skp-centrum.cz](http://www.skp-centrum.cz); tel.: 466 263 428, 773 099 585; [ndc@skp-centrum.cz](mailto:ndc@skp-centrum.cz)

#### SOPRE CR o.p.s.

- 5 Tovární 1114, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; [www.soprecr.cz](http://www.soprecr.cz); tel.: 469 315 021, 737 708 224; [info@soprecr.cz](mailto: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.



● muži ● ženy

#### Město Svitavy

- 1 Nádražní 2323/10b, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; [www.svitavy.cz](http://www.svitavy.cz); tel.: 723 055 493; 703 187 848; [sandra.karpiskova@svitavy.cz](mailto:sandra.karpiskova@svitavy.cz), [jana.kratochvilova@svitavy.cz](mailto:jana.kratochvilova@svitavy.cz)

#### SKP-CENTRUM, o.p.s.

- 2 Milheimova 694, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; [www.skp-centrum.cz](http://www.skp-centrum.cz); tel.: 464 629 249, 777 765 850; [adm@skp-centrum.cz](mailto:adm@skp-centrum.cz)

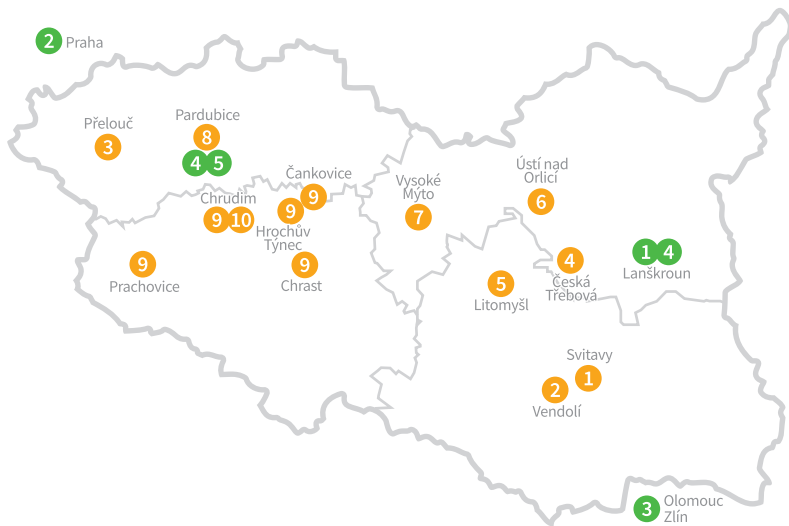
#### SKP-CENTRUM, o.p.s.

- 3 Na Spravedlnosti 803, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; [www.skp-centrum.cz](http://www.skp-centrum.cz); tel.: 466 636 077, 777 765 835; [madz@skp-centrum.cz](mailto:madz@skp-centrum.cz)

#### SOPRE CR o.p.s.

- 4 Tovární 1114, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1, [www.soprecr.cz](http://www.soprecr.cz); tel.: 469 315 021, 737 708 224; [info@soprecr.cz](mailto:info@soprecr.cz)

## Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež a raná péče



**Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež** poskytují ambulantní, popřípadě terénní služby dětem od 6 do 26 let ohroženým společensky nežádoucími jevy. Cílem služby je zlepšit kvalitu života a předcházet nebo snížit sociální a zdravotní rizika související se způsobem jejich života. Může být zajišťována i anonymně.

- 1 Bonanza Vendolí, z.ú. – Nízkoprahový klub Díra Svitavy**  
Felberova 669/2, Lány, 568 02 Svitavy 2 [www.osbonanza.cz](http://www.osbonanza.cz); tel.: 733 598 577; [dira-sy@osbonanza.cz](mailto:dira-sy@osbonanza.cz)
- 2 Bonanza Vendolí, z.ú. – Prevence s Bonanzou**  
Vendolí 18, 569 14 Vendolí; [www.osbonanza.cz](http://www.osbonanza.cz); tel.: 733 598 578; [statek@osbonanza.cz](mailto:statek@osbonanza.cz)
- Charita Přelouč – Jakub klub Přelouč**  
Československá 90, 535 01 Přelouč; [www.prelouc.charita.cz](http://www.prelouc.charita.cz); tel.: 731 598 915, 731 402 371; [miroslava.skavova@prel.hk.caritas.cz](mailto:miroslava.skavova@prel.hk.caritas.cz), [zdenka.kumstyrova@prel.hk.caritas.cz](mailto:zdenka.kumstyrova@prel.hk.caritas.cz)
- 4 NADĚJE – NZDM Borek**  
Semanínská 2052, 560 02 Česká Třebová 2; [www.nadeje.cz](http://www.nadeje.cz); tel.: 420 775 868 102; [nzdm.trebova@nadeje.cz](mailto:nzdm.trebova@nadeje.cz)
- 5 NADĚJE**  
M. Kuděje 14, Litomyšl-Město, 570 01 Litomyšl; [www.nadeje.cz](http://www.nadeje.cz); tel.: 775 868 101; [litomysl@nadeje.cz](mailto:litomysl@nadeje.cz)
- 6 RODINNÉ CENTRUM SRDÍČKO z.s. – Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež Kamin**  
Třebovská 221, Hylváty, 562 03 Ústí nad Orlicí 3; [www.kamin.klubexit.cz](http://www.kamin.klubexit.cz); tel.: 604 313 249; [rscrdicko@jbuo.cz](mailto:rscrdicko@jbuo.cz)
- 7 SKP-CENTRUM, o.p.s. – EMKO Vysoké Mýto**  
Husova 146, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; [www.skp-centrum.cz](http://www.skp-centrum.cz); tel.: 461 102 351, 774 658 597; [emko@skp-centrum.cz](mailto:emko@skp-centrum.cz)

### SKP-CENTRUM, o.p.s. – Free klub

- 8** Jungmannova 2550, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; [www.skp-centrum.cz](http://www.skp-centrum.cz); tel.: 464 629 614; [freeklub@skp-centrum.cz](mailto:freeklub@skp-centrum.cz)

### Šance pro Tebe – Klub Futur

[www.sance.chrudim.cz](http://www.sance.chrudim.cz); tel.: 469 623 501, 739 253 793; [sance@sance.chrudim.cz](mailto:sance@sance.chrudim.cz)

- 9 Pracoviště Chrudim:** Školní náměstí 11, Chrudim II, 537 01 Chrudim 1; tel.: 739 063 787, [lucie@sance.chrudim.cz](mailto:lucie@sance.chrudim.cz)
- Pracoviště Prachovice:** Chrudimská 219, 538 04 Prachovice; tel.: 731 412 054; [klara.s@sance.chrudim.cz](mailto:klara.s@sance.chrudim.cz)
- Pracoviště Čankovice:** Čankovice 116, 538 62 Hrochův Týnec; tel.: 731 412 054; [klara.s@sance.chrudim.cz](mailto:klara.s@sance.chrudim.cz)
- Pracoviště Hrochův Týnec:** Nádražní 262, 538 62 Hrochův Týnec; tel.: 731 412 054; [klara.s@sance.chrudim.cz](mailto:klara.s@sance.chrudim.cz)
- Pracoviště Chrast:** Jiráskova 401, Chrast, 538 51 Chrast u Chrudimě; tel.: 734 233 006; [karolina@sance.chrudim.cz](mailto:karolina@sance.chrudim.cz)

### 10 Šance pro Tebe – Klub Agora

Štěpánkova 92, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1; [www.sance.chrudim.cz](http://www.sance.chrudim.cz); tel.: 733 638 178; [agora@sance.chrudim.cz](mailto:agora@sance.chrudim.cz)

**Raná péče** je terénní či ambulantní sociální služba, je poskytována 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.

[www.tamtam.cz](http://www.tamtam.cz)

- 1 Pracoviště Lanškroun – pro Čechy:** Hábova 1571/22, Stodůlky, 155 00 Praha 5; tel.: 251 510 744, 734 235 687; [ranapececechy@tamtam.cz](mailto:ranapececechy@tamtam.cz)
- Pracoviště Lanškroun – pro Moravu:** Jungmannova 25, Olomouc, 772 00 Olomouc 2; tel.: 739 642 677; 733 181 497; [ranapecemorava@tamtam.cz](mailto:ranapecemorava@tamtam.cz)

### 2 EDA cz, z. ú.,

Filipova 2013/1, Praha 4 – 148 00 Chodov; [www.eda.cz](http://www.eda.cz); tel.: 724 400 820; [info@eda.cz](mailto:info@eda.cz)

### Společnost pro ranou péči, pobočka pro zrak Olomouc

[www.ranapece.cz/olomouc1](http://www.ranapece.cz/olomouc1)

- 3 Pracoviště Olomouc:** Na Strání 677/12, 783 01 Olomouc-Slavonín; tel.: 775 583 359; [olomouc@ranapece.cz](mailto:olomouc@ranapece.cz)
- Pracoviště Zlín:** Burešov 4886, 760 01 Zlín; tel.: 770 131 315; [olomouc@ranapece.cz](mailto:olomouc@ranapece.cz)

### Rodinné Integroční Centrum z. s.

[www.ric.cz](http://www.ric.cz); tel.: 739 025 071; [info@ric.cz](mailto:info@ric.cz)

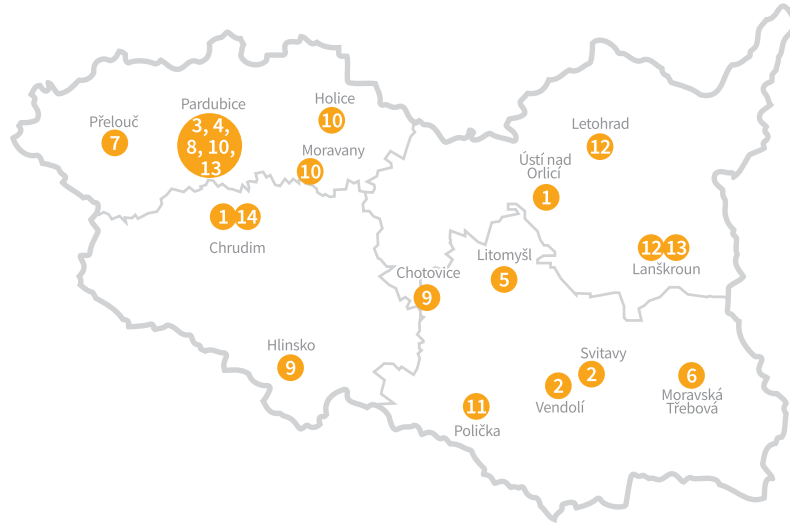
- 4 Pracoviště Lanškroun:** B. Smetany 460, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun
- Pracoviště Lanškroun:** Komenského 324, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun
- Pracoviště Pardubice:** náměstí Republiky 2686, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2

### Středisko rané péče v Pardubicích o.p.s.

- 5** Bělehradská 389, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; [www.ranapece-pce.cz](http://www.ranapece-pce.cz); tel.: 466 641 031, 736 512 613; [stredisko@ranapece-pce.cz](mailto:stredisko@ranapece-pce.cz)



**Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi** jsou terénní, popřípadě ambulantní služby poskytované bezplatně rodině s dítětem, jehož vývoj je ohrožen kvůli dlouhodobé krizové sociální situaci v rodině. Tuto situaci rodiče nedovedou sami bez pomoci překonat.



#### Amalthea z.s.

[www.amalthea.cz](http://www.amalthea.cz); tel.: 777 230 273; [rodina@amalthea.cz](mailto:rodina@amalthea.cz)

- 1 Pracoviště Ústí nad Orlicí:** T. G. Masaryka 115, 562 01 Ústí nad Orlicí; tel.: 734 852 909; [blanka.valachova@amalthea.cz](mailto:blanka.valachova@amalthea.cz)  
**Pracoviště Chrudim:** Městský park 274, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; tel.: 777 230 273; [jana.zeniskova@amalthea.cz](mailto:jana.zeniskova@amalthea.cz)

#### Bonanza Vendolí, z.ú.

[www.osbonanza.cz](http://www.osbonanza.cz); tel.: 608 218 847; 730 163 004; [lenka@osbonanza.cz](mailto:lenka@osbonanza.cz), [denisa.severova@osbonanza.cz](mailto:denisa.severova@osbonanza.cz)

- 2 Drž se na uzdě – Výcvik sociálních dovedností:** Vendolí 18, 569 14 Vendolí  
**Mentorská asistence:** Milady Horákové 373/10, Předměstí, 568 02 Svitavy 2  
**Drž se na uzdě – ambulantní služby pro rodiny:** Milady Horákové 373/10, Předměstí, 568 02 Svitavy 2

#### 3 Centrum pro dětský sluch tamtam

Chemiků 129, Polabiny, 530 09 Pardubice; [www.detskysluch.cz](http://www.detskysluch.cz); tel.: 722 461 245; [saspardubice@tamtam.cz](mailto:saspardubice@tamtam.cz)

#### 4 DaR – Centrum pro dítě a rodinu, o.p.s.

Bělehradská 513, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; [www.darops.cz](http://www.darops.cz); tel.: 466 260 711; [info@darops.cz](mailto:info@darops.cz)

#### 5 Farní charita Litomyšl

Dukelská 750, Litomyšl-Město, 570 01 Litomyšl; [www.litomysl.charita.cz](http://www.litomysl.charita.cz); tel.: 734 642 312; [sar@lit.hk.caritas.cz](mailto:sar@lit.hk.caritas.cz)

#### Charita Moravská Třebová

Svitavská 655/44, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová 1; [www.mtrebova.charita.cz](http://www.mtrebova.charita.cz); tel.: 733 742 083; [sas@mtrebova.charita.cz](mailto:sas@mtrebova.charita.cz)

#### 7 Charita Přelouč

Českobratrská 84 a 90, 535 01 Přelouč; [prelouc.charita.cz](http://prelouc.charita.cz); tel.: 731 598 914; [charita.prelouc@gmail.com](mailto:charita.prelouc@gmail.com)

#### Most pro o.p.s.

- 8** 17. listopadu 216, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; [www.mostpro.cz](http://www.mostpro.cz); tel.: 724 946 001, 777 306 998; [info@mostpro.cz](mailto:info@mostpro.cz)

#### Oblastní charita Nové Hradky u Skutče

- 9** [www.novehrady.charita.cz](http://www.novehrady.charita.cz); tel.: 731 598 805; [dagmar.stanclova@chnh.hk.caritas.cz](mailto:dagmar.stanclova@chnh.hk.caritas.cz), [socialni@charita.info](mailto:socialni@charita.info)  
**Pracoviště Chotovice:** Chotovice 31, 570 01 Litomyšl;  
**Pracoviště Hlinsko:** Erbenova 730, 539 01 Hlinsko

#### Oblastní charita Pardubice

- [www.pardubice.charita.cz](http://www.pardubice.charita.cz); tel.: 777 296 826; [tsaifrtova@charitapardubice.cz](mailto:tsaifrtova@charitapardubice.cz), [sanacerodiny@charitapardubice.cz](mailto:sanacerodiny@charitapardubice.cz)  
**10 Terénní pracoviště Moravany:** nám. Hrdinů 13, Moravany, 533 72 Moravany u Holic  
**Pracoviště Pardubice:** Češkova 1247, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2  
**Pracoviště Holice:** Dudychova 782, Holice, 534 01 Holice v Čechách

#### Oblastní charita Polička

- 11** Týršova 172 a Vrchlického 10 a 16, Dolní Předměstí, 572 01 Polička;  
[www.policka.charita.cz](http://www.policka.charita.cz); tel.: 420 733 676 736; [pavel.simon@pol.hk.caritas.cz](mailto:pavel.simon@pol.hk.caritas.cz), [sas.nrp@pol.hk.caritas.cz](mailto:sas.nrp@pol.hk.caritas.cz)

#### Oblastní charita Ústí nad Orlicí

- [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz); tel.: 734 281 416; [sas@uo.hk.caritas.cz](mailto:sas@uo.hk.caritas.cz)  
**12 Pracoviště Lanškroun:** Havlíčkova 1129, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun  
**Pracoviště Letohrad:** Na Kopečku 356, 561 51 Letohrad

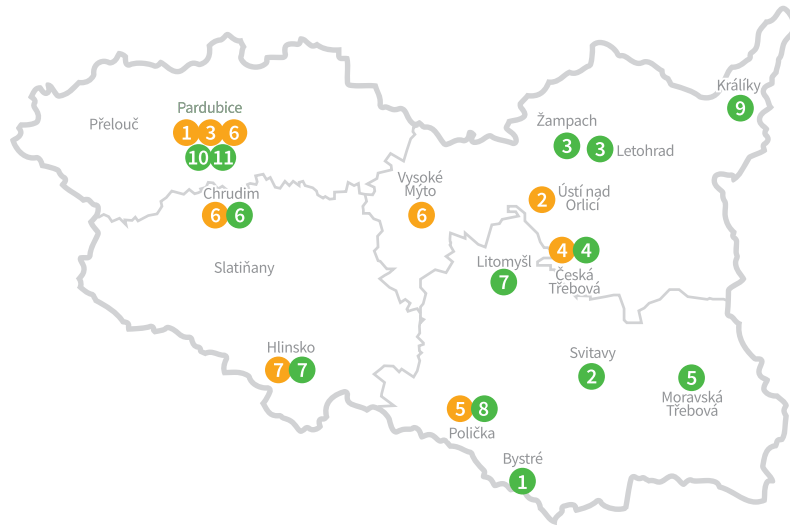
#### Rodinné Integrační Centrum z. s.

- [www.ric.cz](http://www.ric.cz); tel.: 739 025 071; [info@ric.cz](mailto:info@ric.cz)  
**13 Pracoviště Lanškroun:** B. Smetany 460 a Komenského 324, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun  
**Pracoviště Pardubice:** náměstí Republiky 2686, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2

#### Šance pro Tebe, z.s.

- 14** Štěpánkova 92, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1; [www.sance.chrudim.cz](http://www.sance.chrudim.cz); tel.: 734 154 528; [sophia@sance.chrudim.cz](mailto:sophia@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 ambulantní či terénní služby určené lidem, kteří jsou ohroženi sociálním vyloučením či izolací z důvodu svého věku či zdravotního postižení. Klientům služby je poskytována podpora při navázání nových kontaktů a podpora v jejich aktivním životě.

● seniory ● OZP ● osoby s duševním onemocněním

<b>APOLENKA z.s.</b>	
<b>1</b> Na Okrajích 156, Spojil, 530 02 Pardubice 2; <a href="http://www.apolenka.org">www.apolenka.org</a> ; tel.: +420 775 792 612, 777 404 618; <a href="mailto:socialni.pracovnik@apolenka.org">socialni.pracovnik@apolenka.org</a>	●
<b>CEDR Pardubice o.p.s.</b>	
<b>2</b> T. G. Masaryka 115, Ústí nad Orlicí, 562 01 Ústí nad Orlicí; <a href="http://www.cedrops.cz">www.cedrops.cz</a> ; tel.: 603 542 697; <a href="mailto:rudolfova@cedrops.cz">rudolfova@cedrops.cz</a>	●
<b>CEDR Pardubice o.p.s.</b>	
<b>3</b> Jana Palacha 324, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; <a href="http://www.cedrops.cz">www.cedrops.cz</a> ; tel.: 737 253 278; <a href="mailto:haldova@cedrops.cz">haldova@cedrops.cz</a>	●
<b>Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých</b>	
<b>4</b> Mlýnská 900, 560 02 Česká Třebová; <a href="http://www.sons.cz">www.sons.cz</a> ; tel.: 583 217 105; <a href="mailto:sumperk-odbocka@sons.cz">sumperk-odbocka@sons.cz</a>	●

### Svazek obcí AZASS

**5** Eimova 294 a 2010, Horní Předměstí, 572 01 Polička;  
[www.azass.cz/domov](http://www.azass.cz/domov); tel.: 737 432 644, 468 001 655; [socialni.ldn2@azass.cz](mailto:socialni.ldn2@azass.cz)

● ●

### TyfloCentrum Pardubice, o.p.s.

[www.tcpce.cz](http://www.tcpce.cz); tel.: 774 415 173; [pardubice@tyflocentrum.cz](mailto:pardubice@tyflocentrum.cz)  
**Pracoviště Pardubice:** nábřeží Závodu míru 1961, Pardubice I – Zelené Předměstí,  
**6** 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

●

### VAŠE sociální služby s.r.o.

**7** Adámkova třída 190, 539 01 Hlinsko;  
[www.vasesocialnisluzby.cz](http://www.vasesocialnisluzby.cz); tel.: 601 327 569; [pokorna@vasesocialnisluzby.cz](mailto:pokorna@vasesocialnisluzby.cz)

● ●

**Sociálně terapeutické dílny** jsou místem, kde může člověk rozvíjet svůj potenciál v pracovní oblasti. Služba je určena lidem, kteří se z důvodu svého zdravotního postižení nedokážou uplatnit na otevřeném ani chráněném trhu práce.

● OZP ● osoby s duševním onemocněním

### Centrum sociálních služeb Bystré

**1** nám. Na podkově 6, Bystré, 569 92 Bystré u Poličky;  
[www.cssbystre.cz](http://www.cssbystre.cz); tel.: 468 001 137, 601 089 409;  
[cssbystre@cssbystre.cz](mailto:cssbystre@cssbystre.cz), [dagmar.mickova@cssbystre.cz](mailto:dagmar.mickova@cssbystre.cz)

●

### Domov na rozcestí Svitavy

**2** [www.dnrsvitavy.cz](http://www.dnrsvitavy.cz); tel.: 468 008 111, 720 069 644; [martina.zenata@dnrsvitavy.cz](mailto:martina.zenata@dnrsvitavy.cz)  
**Pracoviště Svitavy:** Purkyňova 252/14, Předměstí, 568 02 Svitavy 2  
**Pracoviště Svitavy:** Tkalcovská 381/1, Lány, 568 02 Svitavy 2

● ●

### Domov pod hradem Žampach

<https://www.csszampach.cz>; tel.: 465 618 134, 465 618 184; [reditel@csszampach.cz](mailto:reditel@csszampach.cz)  
**3** **Pomocné hospodářství, Centrum parky:** Žampach 1, 564 01 Žamberk  
**Obchůdek Z pod hradu Žampach:** Tyršova 353, 561 51 Letohrad  
**Centrum rozvoje sociálních dovedností:** Orlice 168, 561 51 Letohrad  
**Centrum denních aktivit:** Žampach č.p. 9, 564 01 Žampach

●

### Domov u studánky

**4** Ústecká 107, Parník, 560 02 Česká Třebová 2; [www.domovustudanky.cz](http://www.domovustudanky.cz); tel.: 465 507 700,  
465 505 757; [info@domust.cz](mailto:info@domust.cz), [karolina.nespesna@domust.cz](mailto:karolina.nespesna@domust.cz)

●

### Charita Moravská Třebová

[www.mtrebova.charita.cz](http://www.mtrebova.charita.cz); tel.: 733 676 795, 733 742 082; [dilny@mtrebova.charita.cz](mailto:dilny@mtrebova.charita.cz)  
**5** **Ulita:** Svitavská 655/44, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová  
**Ulita:** Lanškrounská 243/77, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová

● ●

### Momo Chrudim, o.p.s.

**6** Palackého třída 200, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1; [www.devcatkomomo.cz](http://www.devcatkomomo.cz);  
tel.: 775 780 950; [dilna@devcatkomomo.cz](mailto:dilna@devcatkomomo.cz)

●

### Oblastní charita Nové Hradky u Skutče

[www.novehrady.charita.cz](http://www.novehrady.charita.cz); tel.: 461 310 569, 731 598 809; [lenka.svecova@chnh.hk.caritas.cz](mailto:lenka.svecova@chnh.hk.caritas.cz)  
**7** **Pracoviště Litomyšl:** Chotovice 31, 570 01 Litomyšl  
**Pracoviště Hlinsko:** Erbenova 730, Hlinsko, 539 01 Hlinsko 1

●

**Oblastní charita Polička**

[www.policka.charita.cz](http://www.policka.charita.cz); tel.: 731 598 815, 739 003 340; [acd@pol.hk.caritas.cz](mailto:acd@pol.hk.caritas.cz)

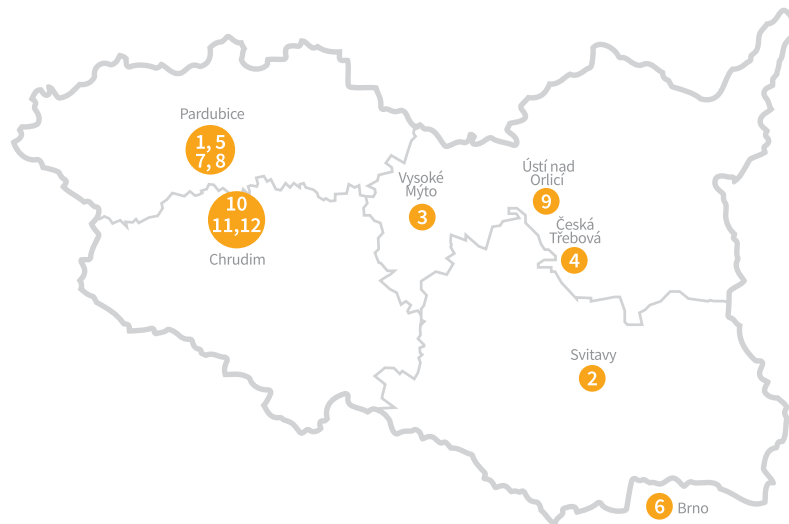
- 8 AC dílny:** Vrchlického 22, Dolní Předměstí, 572 01 Polička ●  
**AC dílny:** Masarykova 22, Horní Předměstí, 572 01 Polička  
**AC dílny:** Vrchlického 10, Horní Předměstí, 572 01 Polička

- 9 Oblastní charita Ústí nad Orlicí** ●  
 Příční 352, 561 69 Králíky; [www.uo.charita.cz](http://www.uo.charita.cz); tel.: 734 780 387; [dilny@uo.hk.caritas.cz](mailto:dilny@uo.hk.caritas.cz)

- Péče o duševní zdraví – Výměník, z.s.**  
**10** Lonkova 510, Pardubice II – Polabiny, 530 09 Pardubice 9; [www.pdzvymenik.cz](http://www.pdzvymenik.cz); tel.: 734 304 735; [pdz-vymenik@pdz.cz](mailto:pdz-vymenik@pdz.cz) ●

- Základní škola a Praktická škola SVÍTÁNÍ, o.p.s.** ●  
**11** Komenského 432, Pardubice IV – Pardubičky, 530 03 Pardubice 3; [www.svitani.cz](http://www.svitani.cz); tel.: 466 049 911; [svitani@svitani.cz](mailto:svitani@svitani.cz)

**Terénní programy** jsou služby určené lidem, kteří vedou rizikový způsob života nebo jsou jím ohroženi. Jedná se o lidi užívající návykové nebo omamné psychotropní látky, lidi bez přístřeší, lidi žijící v sociálně vyloučených komunitách a další skupiny osob. Služba dochází za lidmi do míst, kde se zdržují, vyhledává je a nabízí jim pomoc a podporu a snaží se o snižování rizik vyplývajících ze způsobu jejich života. Služba je poskytována anonymně a bezplatně.



● Uživatelé návykových látek ● sociálně vyloučení/lidé bez domova ● ohrožené děti a mládež

**Laxus z.ú.**

- 1** Jana Palacha 324, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; [www.laxus.cz](http://www.laxus.cz); tel.: 774 626 301, 774 626 302, 608 626 303; [teren.pardubice@la+us.cz](mailto:teren.pardubice@la+us.cz) ●

**Město Svitavy**

- 2** Nádražní 2323/10b, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; [www.svitavy.cz](http://www.svitavy.cz); tel.: 730 183 894, 703 187 850; [adela.cvrkalova@svitavy.cz](mailto:adela.cvrkalova@svitavy.cz), [sandra.karpiskova@svitavy.cz](mailto:sandra.karpiskova@svitavy.cz) ●

**Město Vysoké Mýto**

- 3** Husova 156, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; [www.vysoke-myto.cz](http://www.vysoke-myto.cz); tel.: 773 796 232; [jana.hurychova@vysoke-myto.cz](mailto:jana.hurychova@vysoke-myto.cz), [radnice@vysoke-myto.cz](mailto:radnice@vysoke-myto.cz) ●

**NADĚJE**

- 4** Semanínská 2084, 560 02 Česká Třebová 2; [www.nadeje.cz](http://www.nadeje.cz); tel.: 608 827 565, 465 539 303; [pavlina.brenova@nadeje.cz](mailto:pavlina.brenova@nadeje.cz) ● ●

**Romodrom o.p.s.**

- 5** Sukova třída 1556, 530 02 Pardubice; [www.romodrom.cz](http://www.romodrom.cz); tel.: 774 792 310; [bakes@romodrom.cz](mailto:bakes@romodrom.cz) ●

**ROZKOŠ bez RIZIKA, z. s.**

- 6** Vlhká 166/10, Zábřovice, 602 00 Brno ●  
[www.rozkosbezrizika.cz](http://www.rozkosbezrizika.cz); tel.: 777 180 186; [strelkova@rozkosbezrizika.cz](mailto:strelkova@rozkosbezrizika.cz)

**SKP-CENTRUM, o.p.s., NDC – Terénní program**

- 7** Jana Palacha 324, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; [www.skp-centrum.cz](http://www.skp-centrum.cz); tel.: 461 102 384, 777 765 851; [teren.ndc@skp-centrum.cz](mailto:teren.ndc@skp-centrum.cz) ●

**SKP-CENTRUM, o.p.s. – Free klub**

- 8** Jungmannova 2550, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; [www.skp-centrum.cz](http://www.skp-centrum.cz); tel.: 464 629 614; [teren@skp-centrum.cz](mailto:teren@skp-centrum.cz) ●

**SKP-CENTRUM, o.p.s. – Terénní program v Ústí nad Orlicí**

- 9** T. G. Masaryka 115, 562 01 Ústí nad Orlicí; [www.skp-centrum.cz](http://www.skp-centrum.cz); tel.: 461 102 337 nebo 774 584 822, 608 842 803; [tpuo@skp-centrum.cz](mailto:tpuo@skp-centrum.cz) ●

**SOPRE CR o.p.s.**

- 10** Tovární 1114, Chrudim IV, 537 01 Chrudim; [www.soprecr.cz](http://www.soprecr.cz); tel.: 737 708 224; [info@soprecr.cz](mailto:info@soprecr.cz) ●

**Šance pro Tebe – Terénní program pro rodiny**

- 11** Štěpánkova 92, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1; [www.sance.chrudim.cz](http://www.sance.chrudim.cz); tel.: 469 623 501; [sance@sance.chrudim.cz](mailto:sance@sance.chrudim.cz) ● ●

**Šance pro Tebe – Streetwork**

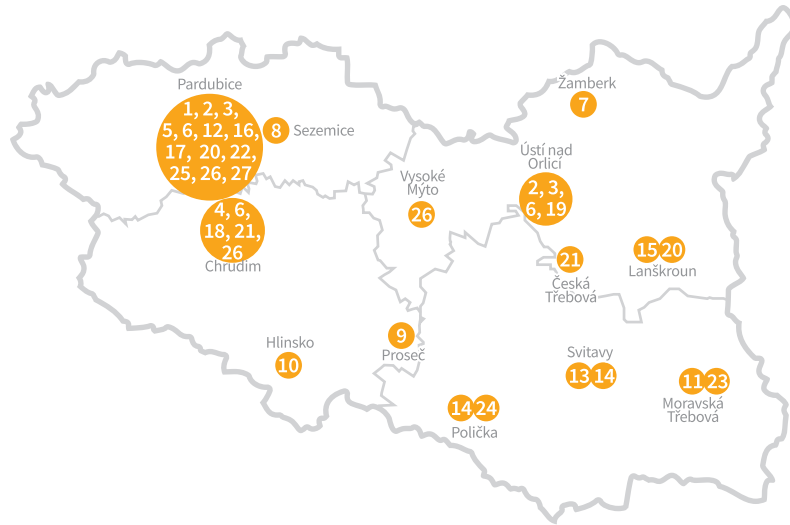
- 12** Štěpánkova 92, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1; [www.sance.chrudim.cz](http://www.sance.chrudim.cz); tel.: 469 623 501; [sance@sance.chrudim.cz](mailto:sance@sance.chrudim.cz) ●

**Služby následné péče** pomáhají lidem s duševním onemocněním nebo uživatelům drog, alkoholu a gamblerům, kteří absolvovali pobytovou léčbu, ambulantní léčbu nebo se jí podrobují. Cílem je jejich začlenění do běžného života.

**Laxus z.ú.**

Jana Palacha 1552, 530 02 Pardubice 2; [www.laxus.cz](http://www.laxus.cz); tel.: 736 316 540; [ambulance.pardubice@laxus.cz](mailto:ambulance.pardubice@laxus.cz)

**Sociální rehabilitace** je služba pomáhající nejrozličnějším skupinám 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.



● OZP ● osoby s duševním onemocněním ● lidé opouštějící náhradní výchovu, ohrožené rodiny  
● osoby sociálně vyloučené

- 1 APOLENKA z.s.**  
Na Okrajích 156, Spojil, 530 02 Pardubice 2; [www.apolenka.org](http://www.apolenka.org); tel.: 775 114 618; 775 792 612; [socialni.pracovnik@apolenka.org](mailto:socialni.pracovnik@apolenka.org) ●
- 2 AUDIOHELP z.s.**  
[www.audiohelp.cz](http://www.audiohelp.cz)  
Středisko v Pardubicích: Bělehradská 389, Polabiny, 530 09 Pardubice; tel.: 466 301 888, 777 164 111; [shw@email.cz](mailto:shw@email.cz)  
Středisko v Ústí nad Orlicí: Čs. armády 284, 562 01 Ústí nad Orlicí; tel.: 777 882 337; [audiohelp@seznam.cz](mailto:audiohelp@seznam.cz) ●
- 3 CEDR Pardubice o.p.s.**  
[www.cedrops.cz](http://www.cedrops.cz); tel.: 464 646 372; [cedr@cedrops.cz](mailto:cedr@cedrops.cz)  
Pracoviště Pardubice: Jana Palacha 324, Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; tel.: 737 253 278  
Pracoviště Ústí nad Orlicí: T. G. Masaryka 115, 562 01 Ústí n. Orlicí; tel.: 603 542 697 ●
- 4 Centrum J. J. Pestalozziho, o.p.s.**  
Štěpánkova 108, Chrudim I, 537 01 Chrudim 1; [www.otevridvere.cz](http://www.otevridvere.cz); tel.: 469 625 121, 724 309 177; [poradna@pestalozzi.cz](mailto:poradna@pestalozzi.cz) ●

- 5 Centrum Kosatec, z. s.**  
Sladkovského 2824, Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; [www.centrumkosatec.cz](http://www.centrumkosatec.cz); tel.: 777 006 525, 466 052 052; [info@centrumkosatec.cz](mailto:info@centrumkosatec.cz) ●
- 6 Centrum pro zdravotně postižené a seniory Pardubického kraje, o.p.s.**  
[www.czp-pk.cz](http://www.czp-pk.cz), [czp-pk@centrum.cz](mailto:czp-pk@centrum.cz)  
Pracoviště Pardubice: Bělehradská 389, 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 ●
- 7 Cesta pro rodinu, z.ú.**  
Sadová 1475, 564 01 Žamberk; [www.cestaprorodinu.cz](http://www.cestaprorodinu.cz); 465 322 858, 774 621 302; [jansova@cestaprorodinu.cz](mailto:jansova@cestaprorodinu.cz) ●
- 8 Dětské centrum Veská**  
Veská 21, 533 04 Sezemice; [info@dcveska.cz](mailto:info@dcveska.cz); [social@dcveska.cz](mailto:social@dcveska.cz); tel.: 466 934 001, 702 284 839; [www.dcveska.cz](http://www.dcveska.cz) ●
- 9 ERGOTEP, družstvo invalidů**  
[ergotep.cz](http://ergotep.cz); tel.: 469 660 912; [machova.a@ergotep.cz](mailto:machova.a@ergotep.cz) ●  
Pracoviště Proseč: Zábořská 93, Záboří, 539 44 Proseč ●  
Pracoviště Proseč: Zábořská 202, Záboří, 539 44 Proseč ●
- 10 Fokus Vysočina**  
Karla Lidického 1213, Hlinsko, 539 01 Hlinsko 1; [www.fokusvysocina.cz](http://www.fokusvysocina.cz); tel.: 777 151 494; [hlinsko@fokusvysocina.cz](mailto:hlinsko@fokusvysocina.cz) ●
- 11 Charita Moravská Třebová**  
Lanškrounská 243, 571 01 Moravská Třebová; [www.mtrebova.charita.cz](http://www.mtrebova.charita.cz); tel.: 739 002 756, 461 540 001; [ludmila.dostalova@mtrebova.charita.cz](mailto:ludmila.dostalova@mtrebova.charita.cz) ●
- 12 KŘÍŽOVATKA handicap centrum, o.p.s.**  
K Blahobytu 1763, Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2  
[www.krizovatka-hc.cz](http://www.krizovatka-hc.cz); tel.: 774 467 777, 466 301 684; [centrum@krizovatka-hc.cz](mailto:centrum@krizovatka-hc.cz) ●
- 13 Město Svitavy**  
Šance – zařízení pro sociálně vyloučené osoby  
Nádražní 2323/10b, Předměstí, 568 02 Svitavy 2; [www.svitavy.cz](http://www.svitavy.cz); tel.: 723 055 493; [sandra.karpiskova@svitavy.cz](mailto:sandra.karpiskova@svitavy.cz) ●
- 14 Oblastní charita Polička**  
[www.policka.charita.cz](http://www.policka.charita.cz); tel.: 461 725 552; [od@pol.hk.caritas.cz](mailto:od@pol.hk.caritas.cz)  
Centrum duševního zdraví Svitavy: náměstí Míru 87/14, Město, 568 02 Svitavy 2; tel.: 734 793 560  
Otevřené dveře – pracoviště Polička: Tyršova 172, Polička-Město, 572 01 Polička; tel.: 731 598 763 ●
- 15 Oblastní charita Ústí nad Orlicí**  
Havlíčkova 1129, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun; [www.uo.caritas.cz](http://www.uo.caritas.cz); tel.: 731 639 672, 465 621 281; [sr@uo.hk.caritas.cz](mailto:sr@uo.hk.caritas.cz) ●
- 16 Péče o duševní zdraví – Výměník, z.s.**  
[www.pdzvymenik.cz](http://www.pdzvymenik.cz); tel.: 604 358 606; [pdz-vymenik@pdz.cz](mailto:pdz-vymenik@pdz.cz)  
Pracoviště Pardubice: Mladých 325, Polabiny, 530 09 Pardubice 9 ●  
Pracoviště Pardubice: Lonkova 510, Polabiny, 530 09 Pardubice 9 ●

<b>17</b>	<b>Péče o duševní zdraví, z. s.</b> <b>Pracoviště Pardubice:</b> Bělehradská 389, Polabiny, 530 09 Pardubice 9; <a href="http://www.pdz.cz">www.pdz.cz</a> ; tel.: 777 454 573; <a href="mailto:pdz-pce@pdz.cz">pdz-pce@pdz.cz</a>	●
<b>18</b>	<b>Péče o duševní zdraví, z. s.</b> <a href="http://www.pdz.cz">www.pdz.cz</a> ; tel.: 774 915 755; <a href="mailto:pdz-cr@pdz.cz">pdz-cr@pdz.cz</a> <b>Pracoviště Chrudim:</b> Městský park 274 a 828, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1	●
<b>19</b>	<b>Péče o duševní zdraví, z. s.</b> Komenského 156, Ústí nad Orlicí, 562 01 Ústí nad Orlicí 1; <a href="http://www.pdz.cz">www.pdz.cz</a> ; tel.: 465 381 521; <a href="mailto:pdz-uo@pdz.cz">pdz-uo@pdz.cz</a>	●
<b>20</b>	<b>Rodinné Integroční Centrum z. s.</b> <a href="http://www.ric.cz">www.ric.cz</a> ; tel.: 739 025 071; <a href="mailto:info@ric.cz">info@ric.cz</a> <b>Pracoviště Lanškroun:</b> B. Smetany 460, Žichlínské Předměstí, 563 01 Lanškroun <b>Pracoviště Pardubice:</b> náměstí Republiky 2686, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2	●
<b>21</b>	<b>Rytmus Východní Čechy, o.p.s.</b> <a href="http://www.rytmusvychod.cz">www.rytmusvychod.cz</a> ; tel.: 469 621 599, 777 222 139, 730 518 511; <a href="mailto:chrudim@rytmusvychod.cz">chrudim@rytmusvychod.cz</a> <b>Pracoviště Chrudim:</b> Heydukova 392, Chrudim II, 537 01 Chrudim 1 <b>Pracoviště Česká Třebová:</b> Skalka 1692, Česká Třebová, 560 02 Česká Třebová 2	● ●
<b>22</b>	<b>Salesiánský klub mládeže, z. s. Centrum don Bosco</b> Zborovské náměstí 2018, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; <a href="http://www.dozivota.cz">www.dozivota.cz</a> ; tel.: 731 405 545; <a href="mailto:doprovazeni@dozivota.cz">doprovazeni@dozivota.cz</a> <b>Sociální služba Doprovázení</b> Chrudimská 146, Zelené předměstí, 530 02 Pardubice	●
<b>23</b>	<b>SKP – CENTRUM, o.p.s.</b> Komenského 1663/50b, Předměstí, 571 01 Moravská Třebová; tel.: 464 629 615; <a href="http://www.skp-centrum.cz">www.skp-centrum.cz</a> ; <a href="mailto:spbmt@skp-centrum.cz">spbmt@skp-centrum.cz</a>	●
<b>24</b>	<b>Svazek obcí AZASS</b> Eimova 294, Horní Předměstí, 572 01 Polička; <a href="http://www.azass.cz/sr/">www.azass.cz/sr/</a> ; tel.: 468 001 655, 737 432 644, <a href="mailto:socialni.ldn2@azass.cz">socialni.ldn2@azass.cz</a>	●
<b>25</b>	<b>Tichý svět, o.p.s.</b> Jana Palacha 1552, Pardubice V – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; <a href="http://www.tichy Svet.cz">www.tichy Svet.cz</a> ; tel.: 702 167 010, 601 122 905; <a href="mailto:info@tichy Svet.cz">info@tichy Svet.cz</a>	●
<b>26</b>	<b>TyfloCentrum Pardubice, o.p.s.</b> <a href="http://www.tcpce.cz">www.tcpce.cz</a> ; <a href="mailto:pardubice@tyflocentrum.cz">pardubice@tyflocentrum.cz</a> <b>Pracoviště Pardubice:</b> nábřeží Závodu míru 1961, Pardubice I – Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice 2; tel.: 466 500 615 <b>Pracoviště Chrudim:</b> Městský park 274, Chrudim IV, 537 01 Chrudim 1; tel.: 469 623 368 <b>Pracoviště Vysoké Mýto:</b> Plk. B. Kohouta 914, Litomyšlské Předměstí, 566 01 Vysoké Mýto; tel.: 774 415 173	●
<b>27</b>	<b>Tyfloservis, o.p.s.</b> Krajské středisko Pardubice Milady Horákové 549/53, Třebeš, 500 06 Hradec Králové; <a href="mailto:pardubice@tyfloservis.cz">pardubice@tyfloservis.cz</a> ; tel.: 495 273 636; <a href="http://www.tyfloservis.cz">www.tyfloservis.cz</a>	●

- OZP ● osoby s duševním onemocněním ● lidé opouštějící náhradní výchovu, ohrožené rodiny  
● osoby sociálně vyloučené

## 4 Zdravotní služby v Pardubickém kraji

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).

### Krajský úřad Pardubického kraje

Komenského náměstí 125, 532 11 Pardubice; [www.pardubickykraj.cz](http://www.pardubickykraj.cz); tel.: 466 026 111, [posta@pardubickykraj.cz](mailto:posta@pardubickykraj.cz).

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://nrpzs.uzis.cz/index.php?pg=vyhledavani-poskytovatele--pro-verejnost>.

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 logopedické péče
- ▶ Adresář pro osoby se sluchovým postižením

Neslyšící klient může k vyžádání služby Tichá linka použít speciální kartičku, kterou obdrží na pobočce společnosti **Tichý svět**, na adrese Jana Palacha 1552, 530 02 Pardubice 5 (více na: <https://www.tichy Svet.cz/>).

Pokud hledáte lékaře nebo máte jiné dotazy ke zdravotním službám, můžete využít i služeb zákaznické linky vaší zdravotní pojišťovny.

Všeobecná zdravotní pojišťovna ČR (VZP)	111	+420 952 222 222
Vojenská zdravotní pojišťovna ČR (VoZP)	201	+420 222 929 199
Česká průmyslová zdravotní pojišťovna (ČPZP)	205	+420 810 800 000, +420 597 089 205
Oborová zdravotní pojišťovna (OZP)	207	+420 261 105 555
Zaměstnanecká pojišťovna Škoda (ZPŠ)	209	+420 800 209 000
Zdravotní pojišťovna ministerstva vnitra ČR (ZP MV ČR)	211	+420 844 211 211
RBP, zdravotní pojišťovna (RBP)	213	+420 800 213 213



## ► Národní zdravotnický informační portál – NZIP

Portál ověřených Informací Ministerstva zdravotnictví pro laickou veřejnost. Například životní situace, prevence a zdravý životní styl, informace o nemocech, mapa zdravotní péče.

<https://www.nzip.cz>

## ► 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 je poskytována 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.

Zdravotnická záchranná služba Pardubického kraje, dispečink záchranné služby: **466 034 107.**

Bližší informace o zdravotnické záchranné službě naleznete na webu [www.zzspak.cz](http://www.zzspak.cz), e-mail: [zzspak@zzspak.cz](mailto:zzspak@zzspak.cz).

## Výjezdové základny



<b>1</b>	<b>Červená Voda</b> ev. č. 10, Červená Voda 561 62	<b>10</b>	<b>Pardubice Staré Čivice</b> Na Štěpnici 408, Pardubice 530 06
<b>2</b>	<b>Hlinsko</b> Poličská 399, Hlinsko 539 01	<b>11</b>	<b>Polička</b> Starohradská 594, Polička 572 01
<b>3</b>	<b>Holice</b> Hradecká 1255, Holice 534 01	<b>12</b>	<b>Přelouč</b> Studentská 1591, Přelouč 535 01
<b>4</b>	<b>Chrudim</b> Milady Horákové 12, Chrudim 537 01	<b>13</b>	<b>Seč</b> Seč 400, 538 07
<b>5</b>	<b>Lanškroun</b> Dobrovského 34, Lanškroun 563 01	<b>14</b>	<b>Skuteč</b> Zvěřinova 1002, Skuteč 539 73
<b>6</b>	<b>Litomyšl</b> Partyzánská 1074, Litomyšl 570 01	<b>15</b>	<b>Svitavy</b> Kollárova 2201/9, Svitavy 568 02
<b>7</b>	<b>Moravská Třebová</b> Školní 1634/11, Moravská Třebová 571 01	<b>16</b>	<b>Ústí nad Orlicí</b> Hylváty 474, Ústí nad Orlicí 562 03
<b>8</b>	<b>Pardubice-Dukla</b> Teplého 1526, Pardubice 530 02	<b>17</b>	<b>Vysoké Mýto</b> Vraclavská 593, Vysoké Mýto 566 01
<b>9</b>	<b>Pardubice-Pardubičky</b> Průmyslová 450, Pardubice 530 03	<b>18</b>	<b>Žamberk</b> U polikliniky 1514, Žamberk 564 01

## ► Vybraná zdravotnická zařízení



- psychiatrická lůžková zařízení    ● lékařská pohotovostní služba pro děti a pro dospělé  
● léčebna dlouhodobě nemocných    ● odborné léčebné ústavy    ● poradny pro osoby závislé  
● poradny pro osoby závislé na tabáku

<b>1</b>	<b>Albertinum, odborný léčebný ústav, Žamberk</b> Za Kopečkem 353, 564 01 Žamberk; <a href="http://www.albertinum-olu.cz">www.albertinum-olu.cz</a> ; tel.: 465 612 111	<span style="color: green;">●</span>	<span style="color: blue;">●</span>	<span style="color: grey;">●</span>
<b>2</b>	<b>Hamzova odborná léčebna pro děti a dospělé</b> Košumberk 80, 538 54 Luže; <a href="http://www.hamzova-lecebna.cz">www.hamzova-lecebna.cz</a> ; tel.: 469 648 111			<span style="color: grey;">●</span>
<b>3</b>	<b>Léčebna dlouhodobě nemocných Rybitví</b> Činžovních domů 140, 533 54 Rybitví; <a href="http://www.ldn-rybitvi.cz">www.ldn-rybitvi.cz</a> ; tel.: 469 779 705		<span style="color: blue;">●</span>	
<b>4</b>	<b>AESKULAP spol. s r.o. (Léčebný ústav Červená Voda)</b> Červená Voda 333, 561 61 Červená Voda; <a href="http://www.aeskulap.cz">www.aeskulap.cz</a> ; tel.: 465 626 321, 602 164 369		<span style="color: blue;">●</span>	
<b>5</b>	<b>Lékařská pohotovostní služba Hlinsko</b> Nádražní 548, 539 01 Hlinsko (poliklinika); <a href="http://www.hlinsko.cz/mesto/zdravotnictvi/lekarska-pohotovostni-sluzba/">www.hlinsko.cz/mesto/zdravotnictvi/lekarska-pohotovostni-sluzba/</a> ; tel.: 469 311 444	<span style="color: red;">●</span>		
<b>6</b>	<b>Nemocnice následné péče Moravská Třebová</b> Svitavská 480/25, 571 01 Moravská Třebová; <a href="http://www.nemocnicemtr.cz">www.nemocnicemtr.cz</a> ; tel.: 461 352 312, 461 352 237, 461 352 348		<span style="color: blue;">●</span>	
<b>7</b>	<b>Nemocnice Pardubického kraje, a.s., Chrudimská nemocnice</b> Václavská 570, 537 27 Chrudim II; <a href="http://www.chrudim.nempk.cz">www.chrudim.nempk.cz</a> ; tel.: 469 653 111	<span style="color: red;">●</span>	<span style="color: blue;">●</span>	<span style="color: magenta;">●</span>
<b>8</b>	<b>Nemocnice Pardubického kraje, a.s., Litomyšlská nemocnice</b> J. E. Purkyně 652, 570 14 Litomyšl; <a href="http://www.litomysl.nempk.cz">www.litomysl.nempk.cz</a> ; tel.: 461 655 111	<span style="color: red;">●</span>	<span style="color: blue;">●</span>	

<b>9</b>	<b>Nemocnice Pardubického kraje, a.s., Orlickoústecká nemocnice</b> Čs. armády 1076, 562 18 Ústí nad Orlicí; <a href="http://www.usti.nempk.cz">www.usti.nempk.cz</a> ; tel.: 465 710 111	<span style="color: red;">●</span>				
<b>10</b>	<b>Nemocnice Pardubického kraje, a.s., Pardubická nemocnice</b> Kyjevská 44, 532 03 Pardubice; <a href="http://www.pardubice.nempk.cz">www.pardubice.nempk.cz</a> ; tel.: 466 011 111, 840 111 246	<span style="color: green;">●</span>	<span style="color: red;">●</span>	<span style="color: blue;">●</span>	<span style="color: orange;">●</span>	<span style="color: magenta;">●</span>
<b>11</b>	<b>Nemocnice Pardubického kraje, a.s., Svitavská nemocnice</b> Kollárova 7, 568 25 Svitavy; <a href="http://www.svitavy.nempk.cz">www.svitavy.nempk.cz</a> ; tel.: 461 569 111.	<span style="color: green;">●</span>	<span style="color: red;">●</span>	<span style="color: blue;">●</span>	<span style="color: orange;">●</span>	
<b>12</b>	<b>Odborný léčebný ústav Jevíčko</b> TRN-Léčebna 508, 569 43 Jevíčko; <a href="http://www.olujevicko.cz">www.olujevicko.cz</a> ; tel.: 461 550 711					<span style="color: grey;">●</span>
<b>13</b>	<b>Políčská nemocnice, s.r.o.</b> Eimova 294, 572 01 Polička; tel.: 461 722 700, 777 748 672			<span style="color: blue;">●</span>		
<b>14</b>	<b>Rehabilitační ústav Brandýs nad Orlicí</b> Lázeňská 58, 561 12 Brandýs nad Orlicí; <a href="http://www.rehabilitacniustav.cz">www.rehabilitacniustav.cz</a> ; tel.: 465 544 207, 733 373 398			<span style="color: blue;">●</span>	<span style="color: grey;">●</span>	
<b>15</b>	<b>Vysokomýtská nemocnice p.o.</b> Hradecká 167, 566 01 Vysoké Mýto; <a href="http://www.vmnemocnice.cz">www.vmnemocnice.cz</a> ; tel.: 465 467 211			<span style="color: blue;">●</span>		

## ► Lékařské pohotovostní služby

### Linka pro odkladné stavy

Při Zdravotnické záchranné službě Pardubického kraje je zřízena Linka pro odkladné stavy. Linku lze využít v případě neakutního stavu, tedy stavu, který nevyžaduje neodkladnou péči. Jako jsou například teploty, chřipka, zažívací potíže (zvracení, průjem), chronické bolesti aj. Na lince pro odkladné stavy pracují operátoři Záchrané služby, kteří stav vyhodnotí a doporučí řešení cestou praktického lékaře, LSPP, svépomocí nebo je stav vyhodnocen jako neodkladný s nutným transportem do nemocničního zařízení k dalšímu vyšetření. Linka pro odkladné stavy: **469 666 666 nebo 469 666 999.**

### Informační zdravotnické centrum

Při Zdravotnické záchranné službě Pardubického kraje je zřízeno Informační zdravotnické centrum. Po zavolání na příslušnou linku je možno konzultovat zdravotní stav s operátory, kteří jsou připraveni poradit s dalším postupem. **Nonstop telefonní linky: 469 666 666 nebo 469 666 999.**

#### 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.  
 Telefon: 466 015 405.

LPS pro děti a dorost najdete v budově č. 7 – dětském oddělení (zezadu).

##### Dospělí

pracovní dny: 17:00–22:00 hodin  
 sobota, neděle, svátky: 10:00–22:00 hodin., nebo dle rozpisu pohotovostních služeb na aktuální měsíc.

K dispozici zde: Pohotovost v Pardubicích  
 Nemocnice Pardubického kraje ([www.nempk.cz](http://www.nempk.cz)).  
 Telefon: 466 012 918.

LPS pro dospělé najdete v budově č. 2 (přízemí, prostory neurochirurgické ambulance).

V případě, že na daný den není pohotovostní služba pro dospělé obsazena, poskytnou pacientům, kteří vyhledají pohotovost pro dospělé, péči podle typu obtíží příjmové ambulance klinik a oddělení Pardubické nemocnice.

#### Litomyšsko

**Nemocnice Pardubického kraje, a. s.**  
**Litomyšská nemocnice**, J. E. Purkyně 652,  
 570 14 Litomyšl

##### Dospělí

sobota, neděle, svátky: 8:00–13:00 hodin.  
 Telefon: 461 655 319.

LPS se nachází v přízemí budovy ředitelství.

##### Děti a dorost

sobota, neděle, svátky: 8:00–13:00 hodin  
 Telefon: 461 655 258.

LPS je k dispozici na dětském oddělení Litomyšské nemocnice.

#### Hlinsko

**Lékařská pohotovost Hlinsko**  
 Nádražní 548, 539 01 Hlinsko (poliklinika)

##### Dospělí

pracovní dny: 17:00–21:00 hodin.  
 telefon: 469 311 444.  
 LPS se nachází v budově A.

##### Děti a dorost

sobota, neděle, svátky: 10:00–19:00 hodin.  
 Telefon: 469 311 444.

LPS se nachází v budově A.

#### Chrudimsko

**Nemocnice Pardubického kraje, a. s.**  
**Chrudimská nemocnice**, Václavská 570,  
 537 27 Chrudim

##### Dospělí

sobota, neděle, svátky: 8:00–13:00 hodin.  
 Telefon: 461 655 319.

LPS se nachází v přízemí budovy ředitelství.

##### Děti a dorost/sobota

neděle, svátky: 8:00–13:00 hodin  
 Telefon: 461 655 258. LPS je k dispozici na dětském oddělení Litomyšské nemocnice.

#### Svitavsko

**Nemocnice Pardubického kraje, a. s.**  
**Svitavská nemocnice**, Kollárova 22, 568 25 Svítavy  
 (poliklinika)

##### Dospělí

sobota, neděle, svátky: 9:00–17:00 hodin.  
 Telefon: 461 569 239.

LPS se nachází v hlavní budově přízemí.

##### Děti a dorost

sobota, neděle, svátky: 8:00–18:00 hodin.  
 Telefon: 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

pracovní dny: 16:00–21:00 hodin,  
 sobota, neděle, svátky: 9:00–18:00 hodin.  
 Telefon: 465 710 192. LPS se nachází v pavilonu urgentního příjmu (U).

##### Děti a dorost

sobota, neděle, svátky: 8:00–18:00 hodin.  
 Telefon: 465 710 191.

LPS najdete v ambulanci dětského oddělení (E).

## ► Lékařské pohotovostní služby

#### Pardubicko

**Pardubická nemocnice**, Kyjevská 44,  
 532 03 Pardubice  
 budova č. 13 za hlavní vrátnici

pracovní dny: 16:00–22:00  
 sobota, neděle, svátky: 8:00–22:00 (12:00–13:00  
 polední přestávka)  
 Telefon: 466 016 210/220

#### Litomyšsko

V neděli v době provozu lékařské pohotovostní služby vydává léky nemocniční lékárna umístěná u vchodu do areálu nemocnice. Sobotní prodlouženou službu zajišťují ostatní litomyšské lékárny dle rozpisu.

#### Orlickoústecko

**Orlickoústecká nemocnice**, Čs. armády 1076,  
 562 18 Ústí nad Orlicí

pracovní dny: 7:00–17:00  
 neděle, svátky: 8:00–12:00  
 Telefon: 465 521 007

Mimo uvedené časy lze využít pohotovostní služby lékárny Pardubické nemocnice, která je v provozu ve všední dny od 16.00 do 22.00 a o víkendech a svátcích od 8.00 do 22.00.

## ► Pohotovostní služba zubních lékařů

### 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).  
Telefon: 466 015 207. Pohotovost se nachází v  
budově č. 17 (Multioborový pavilon – suterén,  
samostatný vstup vpravo dole od hlavního vchodu).

### Litomyšl, Polička

Podle rozpisu v jednotlivých zubních ordinací  
regionu. Sobota, neděle, svátky: 8:00–11:00 hodin.

### Hlinsko, Skuteč, Trhová Kamenice, Městec

Podle rozpisu v jednotlivých zubních ordinací  
regionu. Sobota, neděle, svátky: 9:00–13:00 hodin.

### Lanškroun, Letohrad, Králíky, Žamberk

Podle rozpisu v jednotlivých zubních ordinací  
regionu. Sobota, neděle, svátky: 8:00–11:00 hodin.

### Svitavy, Moravská Třebová

Podle rozpisu v jednotlivých zubních ordinací  
regionu. Sobota, neděle, svátky: 8:00–11:00 hodin.

### Vysoké Mýto, Choceň, Česká Třebová, Ústí nad Orlicí

Podle rozpisu v jednotlivých zubních ordinací  
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

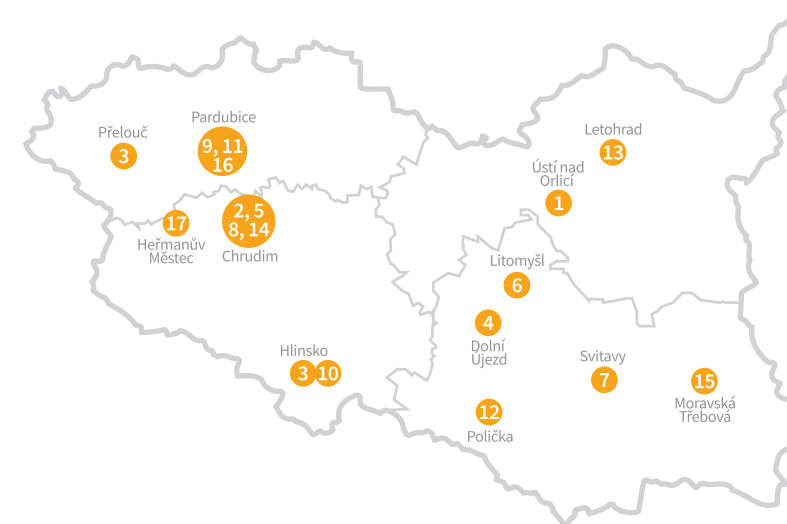
Informace o poskytovatelích zdravotních služeb, kteří nabízejí zdravotní služby, lze čerpat z **Národního registru poskytovatelů zdravotních služeb (NRPZS)**. K vyhledání aktuálních údajů z registru slouží: <https://nrpzs.uzis.cz/index.php?pg=vyhledavani-poskytovatele-pro-verejnost>.

## Paliativní péči v Pardubickém kraji zajišťují

- Centrum komplexní péče CZ, s.r.o.**  
Čs. armády 1181, 562 01 Ústí nad Orlicí;  
tel.: 724 032 888; [www.jolspra@email.cz](http://www.jolspra@email.cz),  
[www.ckpcr.cz](http://www.ckpcr.cz)
- Centrum sociálních služeb a pomoci Chrudim**  
Obce Ležáků 215, 537 01 Chrudim;  
tel.: 469 638 630; [www.socialni-sluzby.cz](http://www.socialni-sluzby.cz)
- Domácí péče Včelka Pardubicko s.r.o.**  
Hradecká 1383, 535 01 Přelouč,  
Adámkova třída 190, 539 01 Hlinsko;  
tel.: 601 152 725;  
<https://www.pecevcelka.cz/pobocka/okres-pardubice/>
- Farní charita Dolní Újezd**  
č. p. 613, 569 61 Dolní Újezd; tel.: 461 631 672,  
734 684 089; <https://www.dolniujezd.charita.cz>
- Oblastní charita Chrudim**  
Školní náměstí 56, 537 01 Chrudim;  
tel.: 469 622 953, 603 808 850;  
<https://www.chrudim.charita.cz/>
- Farní charita Litomyšl**  
Bělidla 392, 570 01 Litomyšl; tel.: 732 803 709;  
<https://www.litomysl.charita.cz>
- GERIA, spol. s.r.o.**  
Felberova 715/31, 568 02 Svítavy; tel.: 736 764 148;  
<https://geria.cz/pobocka-svitavy>

- Hospic Chrudim z.ú. (pobyťový hospic)**  
K Ploché dráze 602, 537 01 Chrudim;  
tel.: 734 414 418 (nepřetržitý kontakt);  
<http://www.hospicchrudim.cz/>
- Kamilka s.r.o.**  
Gorkého 2573, 530 02 Pardubice;  
tel.: 733 703 051; [www.kamilka.eu](http://www.kamilka.eu)
- Oblastní charita Nové Hradky u Skutče**  
Erbenova 730, 539 01 Hlinsko; tel.: 461 310 569;  
<https://www.novehrady.charita.cz/>
- Oblastní charita Pardubice**  
V Ráji 732, 530 02 Pardubice; tel.: 466 335 026,  
775 296 843; <http://www.pardubice.charita.cz>
- Oblastní charita Polička**  
Vrchlického 185, 572 01 Polička; tel.: 461 725 552,  
731 598 813; <https://www.policka.charita.cz>
- Oblastní charita Ústí nad Orlicí**  
Na Kopečku 356, 561 51 Letohrad; tel.: 465 621 281;  
<https://www.uo.charita.cz>

- Oblastní spolek Českého červeného kříže Chrudim**  
Městský park 274, 537 01 Chrudim;  
tel.: 469 620 318; <https://www.cckchrudim.cz>
- SESTRÍČKA.CZ – DOMÁCÍ PÉČE SVITAVSKO s.r.o.**  
Svitavská 480, 571 01 Moravská Třebová;  
tel.: 468 006 941; <https://www.svitavsko.sestricka.cz>
- SKP-CENTRUM, o.p.s.**  
Jana Palacha 324, 530 02 Pardubice;  
tel.: 466 799 077, 777 765 836;  
<https://www.skp-centrum.cz>
- energeia o.p.s. (domácí dětská paliativní péče)**  
náměstí Míru 184, 538 03 Heřmanův Městec;  
tel.: 777 028 435,  
<http://www.detskapaliativnipece.cz/>



## ► 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 (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, Pardubice 530 09; [www.pdz.cz/cdz-pa.html](http://www.pdz.cz/cdz-pa.html); tel.: 777 454 573, [pdz-pce@pdz.cz](mailto:pdz-pce@pdz.cz)

### Centrum duševního zdraví Chrudim

Městský park 828 a Městský park 274, 537 01 Chrudim; [www.pdz.cz/stredisko-pece-o-dusevni-zdravi-chrudim/](http://www.pdz.cz/stredisko-pece-o-dusevni-zdravi-chrudim/); tel.: 774 915 755, [pdz-cr@pdz.cz](mailto:pdz-cr@pdz.cz)

V průběhu roku 2024 je plánován vznik center duševního zdraví ve Svitavách (poskytovatel Oblastní charita Polička) a v Ústí nad Orlicí (poskytovatel Péče o duševní zdraví).

## Kontakty na ambulantní psychiatry

### Okres Pardubice

**MUDr. David Bayer**, Pardubice; tel.: 466 501 692

**MUDr. Lucie Burýšková**, Pardubice; tel.: 466 011 111

**MUDr. Veronika Cardová**, 17. listopadu 400, 530 02 Pardubice; tel.: 466 531 423

**MUDr. Zuzana Svršková (psychiatrická ambulance pro děti a dorost)**, U Husova sboru 2012, 530 02 Pardubice; tel.: 466 611 422

**MUDr. Zdenka Frátriková**, Smilova 405, 530 02 Pardubice; tel.: 466 611 798

**MUDr. Jan Kolomazník**, Kyjevská 44, Pardubice; tel.: 602 434 908

**MUDr. Lenka Růžicková**, Masarykovo náměstí 2667, 530 02 Pardubice; tel.: 466 530 095

**MUDr. Alena Rýznarová**, Smilova, 405, Zelené Předměstí, 530 02 Pardubice; tel.: 466 611 802

**MUDr. Michaela Málková**, Bratranců Veverkových 1030, 530 02 Pardubice; tel.: 774 770 211

**MUDr. Jiří Čížek**, náměstí T. G. Masaryka 29, 534 01 Holice; tel.: 469 622 779

**MUDr. Lucie Malinová**, náměstí Jana Pernera 217, 530 02 Pardubice; tel.: 972 322 544

### Okres Chrudim

**MUDr. Eva Miklasová (psychiatrická ambulance pro děti a dorost)**, Chrudim; tel.: 469 638 944

**MUDr. Marie Blažková**, Chrudim; tel.: 734 362 818

**MUDr. Dominik Blažek**, Chrudim; tel.: 734 362 818

**MUDr. Helena Novotná**, Chrudim; tel.: 469 638 932

**MUDr. Jiří Čížek**, Čs. armády 492, 537 01 Chrudim; tel.: 469 622 779

**MUDr. Petronela Vahalíková**, Nádražní 548, 539 01 Hlinsko; tel.: 604 501 348

### Okres Ústí nad Orlicí

**MUDr. Renata Severová**, ordinace Ústí nad Orlicí, Lanškroun; tel.: 465 524 149, 465 324 179, mobil pouze pro psaní sms: 775 492 242

**MUDr. Milena Páslerová**, Králíky; tel.: 465 531 114

**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 (psychiatrická ambulance pro děti a dorost)**, Ústí nad Orlicí; tel.: 604 460 700

### Okres Svitavy

**MUDr. Karel Vrba**, Svitavy; tel.: 461 541 060

**MUDr. Daniela Krejčí**, Litomyšl; tel.: 604 557 040

**MUDr. Hana Dynková**, Svitavy; tel.: 604 746 540

**MUDr. Veronika Kučerová**, Polička; tel.: 776 280 224



## 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:
  - ▷ přídavek na dítě;
  - ▷ příspěvek na bydlení;
  - ▷ rodičovský příspěvek;
  - ▷ porodné;
  - ▷ pohřebné.
- Dávky pomoci v hmotné nouzi:
  - ▷ příspěvek na živobytí;
  - ▷ doplatek na bydlení;
  - ▷ mimořádná okamžitá pomoc.
- Příspěvek na péči.
- Dávky péčovské péče a zaopatřovací příspěvek.
- Náhradní výživné.
- Humanitární dávka pro uprchlíky z Ukrajiny.

Podrobné informace a adresy kontaktních pracovišť Úřadu práce ČR najdete na webových stránkách:

<https://www.uradprace.cz/>.

#### Call centrum Úřadu práce ČR

Telefon: 800 779 900 (bezplatná linka)  
E-mail: [callcentrum@uradprace.cz](mailto:callcentrum@uradprace.cz)

Úřední hodiny:  
pondělí: 8:00–17:00  
úterý: 8:00–15:00  
středa: 8:00–17:00  
čtvrtek: 8:00–15:00  
pátek: 8:00–13:00

#### 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 pouze zaměstnanost a podání  
žádostí o mimořádnou okamžitou pomoc  
pátek: 8:00–11:00 pouze pro evidenci nových  
uchazečů o zaměstnání a podání žádostí o  
mimořádnou okamžitou pomoc

## 6 Česká správa sociálního zabezpečení

### ► S čím se mohu obrátit na Českou správu sociálního zabezpečení?

#### Dávky důchodového pojištění:

- starobní důchody;
- invalidní důchody;
- pozůstalostní důchody.

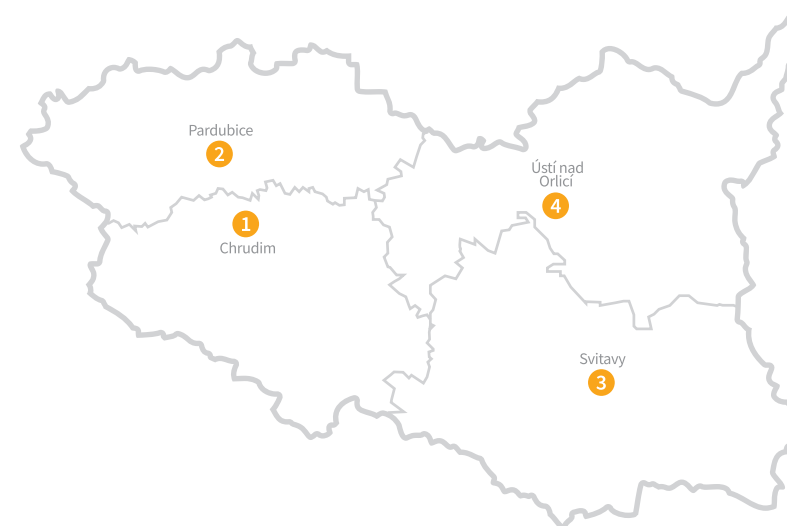
#### Dávky nemocenského pojištění:

- nemocenské;
- ošetřovné;
- dlouhodobé ošetřovné;
- vyrovnávací příspěvek v těhotenství a mateřství;
- peněžitá pomoc v mateřství;
- otcovská.

- 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

Okresní správy v našem kraji spadají od 1. 1. 2024 organizačně nově pod **Územní správu sociálního zabezpečení (ÚSSZ)** se sídlem v Liberci.

Od 1. 1. 2024 vznikl v působnosti České správy sociálního zabezpečení samostatný **Institut posuzování zdravotního stavu (IPZS)**, dříve Lékařská posudková služba. Sídlo IPZS je v Hradci Králové.



## 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:

- 1 Probační a mediační služba Chrudim**  
1 Poděbradova 909, 537 01 Chrudim;  
tel.: 731 692 767
- 2 Probační a mediační služba Pardubice**  
2 17. listopadu 237, 530 02 Pardubice;  
tel.: 720 970 392
- 3 Probační a mediační služba Svitavy**  
3 Milady Horákové 10, 568 02 Svitavy;  
tel.: 733 788 973
- 4 Probační a mediační služba Ústí nad Orlicí**  
4 Smetanova 43, 562 01 Ústí nad Orlicí;  
tel.: 731 692 757

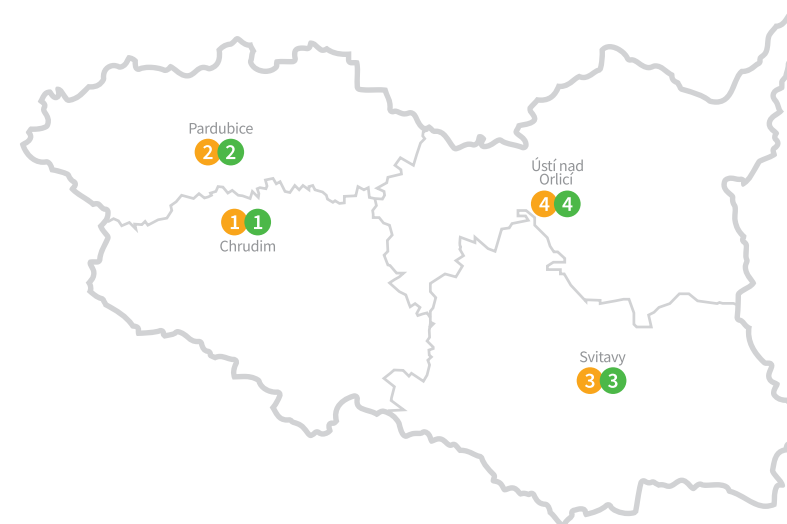
## 8 Nadace

Při nedostatku finančních prostředků například v případě odmítnutí úhrady od zdravotní pojišťovny, nebo pokud nevznikl nárok na finanční příspěvek od státu, je vhodné obrátit se s žádostí na některou z **nadací a nadačních fondů**. Mohou poskytnout finanční podporu v životních situacích, kterou nelze sehnat jiným způsobem. Finanční prostředky jsou získávány formou propagace či benefičních akcí od sponzorů a dárců. V České republice existuje množství nadací a nadačních fondů, který jsou zaměřeny na různé cílové skupiny.

## 9 Okresní soudy v Pardubickém kraji

- 1 Okresní soud v Chrudimi**  
Všehrdovo náměstí 45, 537 21 Chrudim;  
tel.: 469 669 711;  
tel. informační centrum: 469 669 737,  
ID datové schránky: xvzabmy,  
[podatelna@osoud.chr.justice.cz](mailto:podatelna@osoud.chr.justice.cz)
- 2 Okresní soud v Pardubicích**  
Na Tříšle 118, 530 95 Pardubice;  
tel. informační centrum: 466 750 111, 466 750 277, 466 750 279,  
ID datové schránky: 5h6abkg,  
[podatelna@osoudpce.justice.cz](mailto:podatelna@osoudpce.justice.cz)
- 3 Okresní soud ve Svitavách**  
Dimitrova 679/33, 568 19 Svitavy;  
tel.: 461 352 811;  
tel. informační centrum: 461 352 836,  
461 352 835,  
ID datové schránky: a6babkt,  
[podatelna@osoud.svy.justice.cz](mailto:podatelna@osoud.svy.justice.cz)
- 4 Okresní soud v Ústí nad Orlicí**  
Husova 975, 562 17 Ústí nad Orlicí;  
tel.: 465 567 111, 465 521 143-5,  
ID datové schránky: rjrabj7,  
[podatelna@osoud.uno.justice.cz](mailto:podatelna@osoud.uno.justice.cz)

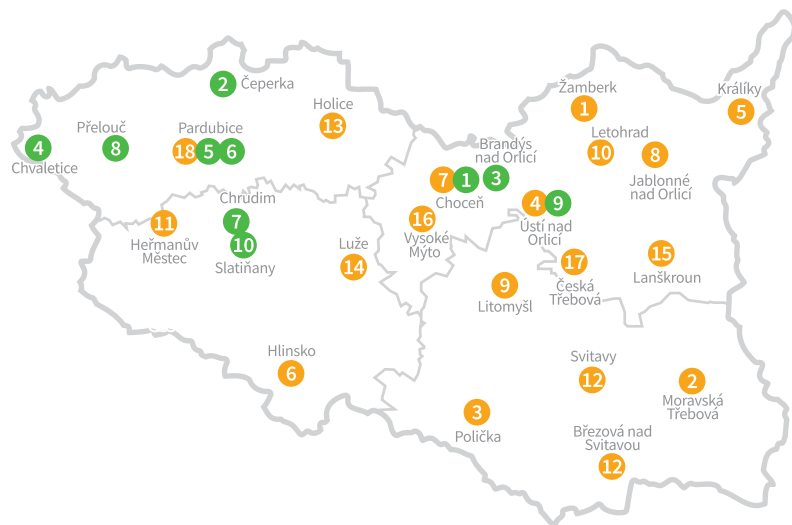
Kontakty na všechny soudy České republiky (Nejvyšší, Vrchní, krajské a okresní) naleznete na portálu Justice.cz: <https://www.justice.cz/soudy>



# 10 Mateřská a rodinná centra

V Pardubickém kraji působí **Síť pro rodinu, z.s.**, kde je možné dohledat kontakt na jednotlivá mateřská centra:

<https://sitprorodinu.cz/rodina-v-centru/seznam-clenskych-mc/vysledky-hledani.html?kraj=Pardubicky%20kraj>.



## Mateřská a rodinná centra – Síť pro rodinu, z.s.

- 1 Cesta pro rodinu, z.ú.**  
Nádražní 22, 564 01 Žamberk; [www.cestaprorodinu.cz](http://www.cestaprorodinu.cz)
- 2 Krůček Moravská Třebová, z.s.**  
Komenského 371/46, 571 01 Moravská Třebová; [www.facebook.com/krucekmt](https://www.facebook.com/krucekmt)
- 3 MaTami, centrum pro rodinu z.s.**  
Tylova 114, 572 01 Polička, [matami.cz](http://matami.cz)
- 4 Mateřské centrum Medvídek, Ústí nad Orlicí, z.s.**  
Polská 1308, 562 04 Ústí nad Orlicí; [www.medvidekuo.cz](http://www.medvidekuo.cz)
- 5 MC Emma, z.s.**  
Velké náměstí 367, 561 69 Králíky; [www.mcemma.cz](http://www.mcemma.cz)
- 6 MC Hlinečánek**  
K. Lidického 1213, 539 01 Hlinsko; [www.hlinecanek.cz](http://www.hlinecanek.cz)
- 7 Kamínek – Centrum pro rodinu, z.s.**  
T. G. Masaryka 703, 565 01 Choceň; [www.kaminekchocen.cz](http://www.kaminekchocen.cz)
- 8 RC Jablíčko Jablonné nad Orlicí**  
Aloise Hanuše 85, 561 64 Jablonné nad Orlicí; [www.rcjablicko.estranky.cz](http://www.rcjablicko.estranky.cz)
- 9 RC Litomyšl, z.s.**  
Toulovcovo náměstí 1163, 570 01 Litomyšl; [www.rc.litomysl.cz](http://www.rc.litomysl.cz)

- 10 RC Mozaika Letohrad**  
Taušlova 714, 561 51 Letohrad; [www.uo.charita.cz/sluzby/rodinne-centrum-mozaika-letohrad/](http://www.uo.charita.cz/sluzby/rodinne-centrum-mozaika-letohrad/)
- 11 Rodičovské centrum Radovánek z.s.**  
nám. Míru 288, 538 03 Heřmanův Městec; [www.rcradovank.xf.cz](http://www.rcradovank.xf.cz)
- 12 Mateřské a rodinné centrum Krůček Svitavy**  
Multifunkční centrum Fabrika, Wolkerova alej 92/18, 568 02 Svitavy; [www.kruceksvitavy.cz](http://www.kruceksvitavy.cz)
- 13 Rodinné a vzdělávací centrum Holoubek**  
Dudychova 782, 534 01 Holice v Čechách; [www.rvcholoubek.cz](http://www.rvcholoubek.cz)
- 14 Rodinné centrum DaR Luže**  
Družstevní 366, 538 34 Luže; [materskecentrum.estranky.cz](http://materskecentrum.estranky.cz)
- 15 Rodinné centrum Dětský svět**  
B. Martinů 980, 563 01 Lanškroun; [www.rclanskroun.cz](http://www.rclanskroun.cz)
- 16 Mateřské centrum Tykadlo**  
Plk. B. Kohouta 914, 566 01 Vysoké Mýto; [www.mc-tykadlo.cz](http://www.mc-tykadlo.cz)
- 17 Rosa rodinné centrum, z.s.**  
Ústecká 160, 560 02 Česká Třebová; [www.mcrossa-radce.webnode.cz](http://www.mcrossa-radce.webnode.cz)
- 18 Sluníčko – Centrum pro rodinu, z.s.**  
Štefánikova 1053, 530 02 Pardubice; [www.hernaslunicko.cz](http://www.hernaslunicko.cz)

## Mateřská a rodinná centra mimo Síť pro rodinu, z.s.

- 1 RC Beránek**  
U Hřiště 1075, 565 01 Choceň; [www.beranek.jbchocen.cz/index.php](http://www.beranek.jbchocen.cz/index.php)
- 2 RC Čeperánek**  
Čeperka 337, 533 45 Čeperka; [www.ceperanek.cz](http://www.ceperanek.cz)
- 3 RC Hrošík z.s.**  
nám. Komenského 203, 561 12 Brandýs nad Orlicí; [www.hrosik.huu.cz](http://www.hrosik.huu.cz)
- 4 RC Chvaletice z.s.**  
U Stadionu 240, 530 12 Chvaletice; [www.rc-chvaletice.wz.cz](http://www.rc-chvaletice.wz.cz)
- 5 RC Kulihrášek, z.s.**  
Dašická 169, 530 03 Pardubice; [www.rckulihrasek.cz](http://www.rckulihrasek.cz)
- 6 Centrum pro rodinu Viola**  
Staňkova 128, 530 02 Pardubice; [www.violkapardubice.cz](http://www.violkapardubice.cz)
- 7 MC Mama Klub, z.s.**  
Školní náměstí 11 (Muzeum barokních soch), 537 01 Chrudim, FB mama klub
- 8 RC Sluníčko Přelouč**  
Kladenská 845, 535 01 Přelouč; [www.slunickoprelouc.webnode.cz](http://www.slunickoprelouc.webnode.cz)
- 9 RC Srdíčko, z.s.**  
Mistra Jana Kociána 53, 562 04 Ústí nad Orlicí; [www.srdicko.jbuo.cz](http://www.srdicko.jbuo.cz)
- 10 Klub Paprsek**  
Wolkerova 243, 538 21 Slatiňany; [www.home.tiscali.cz/klubpaprsek/kontakt.html](http://www.home.tiscali.cz/klubpaprsek/kontakt.html)

# 11 Doprovázející organizace

► Doprovázející organizace resp. organizace pověřené k uzavírání dohod o výkonu pěstounské péče



## 1 Amalthea z.s., Chrudim

Městský park 274, 537 01 Chrudim; [www.amalthea.cz](http://www.amalthea.cz); tel.: 773 952 820

## 2 Bc. Gabriela Mikulecká

Čs. partyzánů 26, Chrudim; [www.gabrielamikulecka.cz](http://www.gabrielamikulecka.cz); tel.: 731 135 787

## 3 DaR o.p.s. Pardubice

Bělehradská 513, 530 09 Pardubice; [www.darops.cz](http://www.darops.cz); tel.: 466 260 711, 466 414 012

## 4 Děti patří domů, z. s., Svitavy

nám. Míru 108, Svitavy; [www.detipatridomu.cz](http://www.detipatridomu.cz); tel.: 607 445 250

## Dobrá rodina, o.p.s.

**5 Pobočka** J. Palacha 324, Pardubice  
**Pobočka** Lanškrounská 381/5, Svitavy  
[www.dobrarodina.cz](http://www.dobrarodina.cz); tel.: 778 473 328

## 6 Farní charita Litomyšl

Bělidla 392, Litomyšl; [www.litomysl.charita.cz](http://www.litomysl.charita.cz); tel.: 739 344 699

## 7 Charita Přelouč

Masarykovo nám. 48, Přelouč; [www.prelouc.charita.cz](http://www.prelouc.charita.cz); tel.: 731 402 371, 731 598 913

## 8 Křídla pro pěstouny, z.s.

Podlažice 111, Chrast; [www.kridlapropestouny.cz](http://www.kridlapropestouny.cz); tel.: 723 211 095

## 9 Charita Moravská Třebová

Kostelní nám. 24, Mor. Třebová; [www.mtrebova.charita.cz](http://www.mtrebova.charita.cz); tel.: 733 742 083

## 10 Oblastní charita Pardubice

V Ráji 732, Pardubice; [www.pardubice.charita.cz](http://www.pardubice.charita.cz); tel.: 730 845 059, 733 161 620

## 11 Oblastní charita Polička

Vrchlického 16, Polička; [www.policka.charita.cz](http://www.policka.charita.cz); tel.: 733 676 736

## 12 Poradna pro rodinu Pardubického kraje

Mozartova 449, Pardubice; [www.poradnapardubice.cz](http://www.poradnapardubice.cz); tel.: 466 263 080, 734 733 893

## 13 Vesta, Pardubice, z.s.

Čepí 38, <http://www.vestapardubice.cz>; tel.: 732 207 344, 732 849 445

Jak si poradit v životních situacích  
2. revidované vydání

Vydal: *Pardubický kraj 2024*

Text a zpracování: *Odbor sociálních věcí*

Jazykové korektury: *Libor Nekvinda*

Grafický návrh a sazba: *Ondrej Panák*

Tisk: *fronte s. r. o.*

**ISBN: 978-80-87769-19-5 (brožováno)**

**ISBN: 978-80-87769-20-1 (online; pdf)**