



DOBROČINNÝ BĚH KRUMLOVSKÁ 11 OPĚT PŘILÁKAL DESÍTKY BĚŽCŮ I RODIN S DĚTMI

Svatomartinský dobročinný běh Krumlovská 11 nemohl, stejně jako drtivá většina akcí kvůli přetrvávající epidemii koronaviru, proběhnout ve své původní podobě. Přesto se na trať v průběhu listopadu vydaly desítky běžců i rodin s dětmi.

A i letos byl dobročinný běh zaměřen na podporu Osobní asistence, která se v regionu stará děti se zdravotním postižením a seniory, kteří potřebují pomoc druhých.

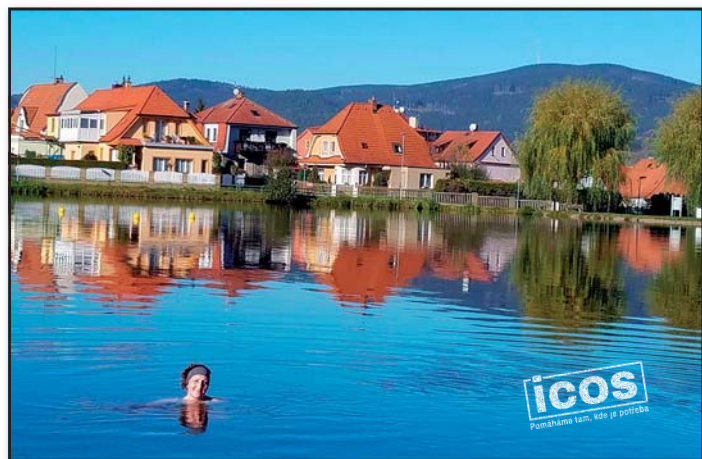


K získání medaile z letošního ročníku bylo potřeba pouze zaslat důkaz v podobě fotky z běžecké aplikace

Organizátoři běhu vyznačili tradiční trasu v okolí Křížové hory směrem na Přídolí, a od 7. do 29. listopadu se na trať mohli individuálně vydávat všichni zájemci. K získání medaile bylo potřeba jediné, zaslat důkaz v podobě fotky z běžecké aplikace. Rodiny s dětmi mohly trať v krásné přírodě ujet pěšky.

Sedm desítek účastníků zaslalo fotografie z aplikace

„Jsme nadšeni, že se na trať vydalo tolik běžců i rodin s dětmi. Víme, že jen část z nich nám zaslala fotografie či sken běžecké aplikace. Ale i těch bylo přes sedm desítek. Další řada účastníků nám zaslala třeba jen milý vzkaz z trati“, sděluje Magdaléna Zronková z obecně prospěšné



Ani letos si mnozí běžci nenechali ujet příjemnou listopadovou koupel po doběhu 11 km trati.

společnosti ICOS Český Krumlov, která dobročinnou sportovní akci organizuje. „A radost nám udělali i běžci, kteří se po doběhu vykoupli, i těch bylo víc, než jsme předpokládali,“ připomíná Tomáš Zunt, ředitel ICOS, obvyklou koupelovou součástí svatomartinské sportovně-společenské akce v hornobránském rybníku.

Dobrovolné startovné přineslo 19 tisíc korun na podporu Osobní asistence

Stejně jako minulý rok byla K11 zaměřena na podporu Osobní asistence (o té více na straně 3). Dary z dobrovolného startovného ve prospěch Osobní asistence činí letos 19.048 Kč. „Vybraná částka umožní zajistit navíc téměř 50 hodin Osobní asistence dětem či seniorům, kteří se bez odborné asistenční podpory neobejdou“, děkuje Tomáš Zunt za pořadatele K11 všem dárcům.

Pokračování na straně 6



Letošní nejrychlejší dvojice Klára a Miloš Ferenczi

DĚLÁME ŽIVOT SNAŽŠÍM SENIORŮM I DĚTEM S POSTIŽENÍM



Osobní asistence

více na straně 3 a 8

Z obsahu:

Rozhovor s Martinou Bártovou, vedoucí Osobní asistence	str. 3
Věnují svůj čas druhým. Děkujeme.	str. 4
Okénko Bezplatné poradny mezi paragrafy	str. 5
Rodinné centrum Krumlík navýšilo kapacitu	str. 7
Krátce z CPDM	str. 7



Úvodem...

Vážení spoluobčané,

rok 2020 byl rozhodně pro většinu z nás jedním z nejzvláštnějších období. Obdobím, kdy krize způsobená pandemií koronaviru zasahovala a zasahuje prakticky do všech oblastí osobního i profesního života. U nás v obecně prospěšné společnosti ICOS Český Krumlov, která tento občasník vydává, nacházím dnes a denně řadu příkladů, které potvrzují, že i v nelehkých dobách je obrovské množství lidí, díky nimž je možné, navzdory naší zmatené vládě, hledět do budoucna optimisticky.

Osobní asistence, která pomáhá těm nejzranitelnějším, seniorům i dětem s nejrůznějším postižením, byla a je v těchto dobách vyčerpána více než na maximum. A velmi mě těší s jakou grácií asistentky i jejich vedoucí nelehkou situaci, včetně pravidelného testování, zvládají. To se ale ostatně týká i dalších kolegů/kolegyň v ICOSu.

Velmi mne také těší, že přes skutečně podivné a pro mnohé i finančně nelehké časy, se i v roce 2020 našla obrovská spousta lidí i firem, kteří nejrůznější formou podpořili služby ICOSu pro seniory, děti s postižením či rodiny v krizi. Jen namátkou: 33 lidí přispělo finančně na nákup potřebného auta pro osobní asistenci, mladoboleslavská škodovka si vybrala ICOS jako jednu z neziskových organizací v ČR, kterým věnovala novou Škodu Octavii. Stovka lidí podpořila Osobní asistenci v průběhu roku svým během, kdy vysportovali potřebný počet bodů v aplikaci „Pomáhej



Fotografie zachycuje část osazenstva ze setkání dobrovolníků a podporovatelů ICOS z léta roku 2020.

pohybem“ a Nadace ČEZ díky tomu přispěla na nákup auta pro Osobní asistenci. V rámci Krumlovské 11 darovalo startovné, které jde na podporu Osobní asistence, dalších 35 lidí. Některé z firem či nadací, které podpořili služby ICOS v roce 2020 uvádíme dole na této straně. Děkujeme všem!

Na čtvrté straně se můžete dočíst o sedmdesáti dobrovolnících, kteří i v roce 2020 věnovali svůj čas druhým a pomáhali v některém z programů českokrumlovského dobrovolnického centra. S úctou jim za jejich činnost děkuji. Dobrovolníky podpořili také desítky místních lidí v rámci akce „Polévka, která pomáhá“. I jim patří velký dík.

A děkuji také všem mým kolegyním, kolegům, dobrovolníkům, spolupracovníkům za rok 2020. A vám všem přeji co nejnornálnější rok 2021.

Tomáš Zunt, ředitel ICOS Český Krumlov, o.p.s.



Děkujeme za podporu v roce 2020:



...a všem dalším dárcům a podporovatelům. ICOS Český Krumlov, o.p.s.

DĚLÁME ŽIVOT SNAŽŠÍM SENIORŮM I DĚTEM S POSTIŽENÍM

ROZHOVOR S MARTINOU BÁRTOVOU, VEDOUcí OSOBNí ASISTENCE



Martina Bártová pracuje v ICOS Český Krumlov na pozici vedoucí služby Osobní asistence teprve od března roku 2020. Téměř ihned po jejím nástupu byl vyhlášen nouzový stav způsobený koronavirem, kdy čelila různým problémům, které s sebou nouzový stav přinesl. Zažila tak velmi brzy ve službě krizový plán.

Jak ses dostala k nabídce na tuto pracovní pozici?

Asi dva roky jsem byla dobrovolníkem v ICOSu, v jeho Rodinném centru Krumlík. Zнала jsem se tedy s některými současnými kolegy, převážně kolegyněmi, které jsou v ICOSu v převaze. Na podzim 2019 mne kontaktovala jedna z nich, Petra Tichá, vedoucí dobrovolnického centra ICOS, která mne zná a ví, že jsem jako vedoucí Osobní asistence již dříve pracovala - v jiné organizaci a před rodičovskou dovolenou. Mám ráda nové výzvy, navíc tuhle práci vnímám jako smysluplnou a velmi potřebnou, proto jsem ráda, že jsem na tuto nabídku kývla.

Nastoupila jsi na začátku března. Za normální situace následuje zapracování, adaptační proces..

U mě to bylo trochu jiné, zrychlené a neočekávané. Nastoupila jsem 2. března, moc jsem se těšila (a to mě neopustilo, pořád se těším) a než jsem se stačila rozkoukat, přišel nouzový stav. Řešili jsme ve službě kromě klientů a péče o ně, také vlastní rodiny, jelikož zavřeli školy a školky. Teď s odstupem času si říkám, že to byl zvláštní nástup do nového zaměstnání, svým způsobem i hezký, klienti i asistentky mne myslím přijali dobře, a především jsem cítila, že v tom nejsem sama, měla jsem velkou podporu všech v ICOSu, kterou mám doteď a za to moc děkuji.

Neodhlašovali klienti služby asistence?

Na začátku nikdo pořádně o koronaviru nic nevěděl, všichni se více báli, klienti i zaměstnanci. Péči u některých klientů zajistily jejich rodiny, které byly v době nouzového stavu doma a mohly se tedy o ně starat. Dočasně se tedy někteří odhlásili. Někteří klienti nám naopak přibýli a jiní nás zase o to více potřebovali, například, když se k nim nedostávali jejich příbuzní, kteří jinak s péčí vypomáhají.

Uveď nějaký příklad?

Třeba dvakrát v týdnu odpoledne asistujeme u dětského klienta, který běžně navštěvuje speciální školu. Chlapec má těžké kombinované postižení a potřebuje neustálý dohled, péče o něj je velmi náročná. V okamžiku, kdy zavřeli školu, potřebovala rodina s péčí o něj ještě více pomoci, ulevit a odlehčit, zkombinovat péči o něj s prací. Asistenci jsme tedy rozšířili od pondělí do pátku od rána do odpoledne.

S čím ještě jste se v období nouzového stavu potýkali?

Zpočátku jsme samozřejmě řešili nedostatek roušek, jednorázových i látkových. Nejhorších bylo v tomto směru prvních 14 dní. Naštěstí, kdo mohl, šel v Krumlíku, a také jsme část obdrželi od dalších dárců, za co moc děkuji, mohli jsme tak rouškami zaopatřit i naše klienty. Jednorázovými rouškami i dezinfekcí nás pravidelně zásoboval i Jihočeský kraj.



Osobní asistence

Letní prázdniny s chvilkou klidu a druhá vlna...

Na druhou vlnu jsme byli lépe připraveni, měli jsme dopředu vypracovaný krizový plán, například seznam klientů, kteří nutně naši pomoc potřebují, kam opravdu musíme v případě, že budeme mít málo asistentek. Řešili jsme, jak minimalizovat kontakty mezi zaměstnanci, jak si efektivně předávat informace, aniž bychom se osobně setkávali - využíváme telefony, emaily, whatsapp, vzděláváme se online...

Jaký je krizový plán s nedostatkem personálu?

Jsme připraveni fungovat a zajistit minimálně ty klienty, kteří službu nezbytně potřebují. V záloze máme další pracovníky, z řad zaměstnanců ICOS, dobrovolníků. Velmi mne těší, že pro krizový plán jsme v ICOSu semknutí, zaměstnanci v ostatních službách ICOS nám nabídlí svou pomoc, budeme-li ji potřebovat.

Dokončení na straně 8

OSOBNÍ ASISTENCE POMÁHÁ 7 DNÍ V TÝDNU

Pomáháme dětem (od 1 roku věku) i dospělým se zdravotním postižením a seniorům v jejich přirozeném prostředí (doma, ve školách, v zaměstnání, při doprovodech k lékaři apod.), všude tam, kde je potřeba. **A to při:**

- **zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu** - při konzumaci stravy (krmení), při oblékání a svlékání, při prostorové orientaci, při přesunu na lůžko nebo vozík,..
- **osobní hygieně** - klienta vykoupeme, vysprchujeme, u imobilních klientů provádíme celkovou hygienu na lůžku, pomáháme při použití WC,...
- **zajištění stravy** - vaříme klientovi v jeho domácím prostředí,...
- **zajištění chodu domácnosti** - provádíme běžný úklid domácnosti a běžný nákup
- **výchovných, vzdělávacích a aktivizačních činnostech** - s našimi klienty čteme, trénujeme paměť, hrajeme hry, tvoříme, povídáme si i nasloucháme
- **zprostředkování kontaktu se společenským prostředím** - s klienty chodíme na procházky, doprovázíme je k lékaři, na úřady, do škol, do zaměstnání, klienty přepravujeme i služebními automobily
- **uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí** - pomáháme při komunikaci s úřady, s vyřizováním běžných záležitostí např. na poště
 - Působíme na území Českokrumlovsko a Kaplicka
 - Služby poskytujeme 7 dní v týdnu od 7 do 19 hodin
 - Respektujeme právo klienta na individuální přístup

Kontakt: **Bc. Martina Bártová**, vedoucí služby Osobní asistence
tel.: **773 587 758**, bartova@latran.cz; asistence@krumlov.cz
web: asistence.krumlov.cz

Provozovatel Osobní asistence:
ICOS Český Krumlov, o.p.s., www.icos.krumlov.cz

VĚNUJÍ ČAS DRUHÝM. DĚKUJEME!

„Rok 2020 nebyl pro většinu z nás vůbec jednoduchý. O to více si vážíme podpory a odhodlání dobrovolníků pomáhat tam, kde je potřeba“, oceňují Petra Tichá a Magdaléna Zronková z českokrumlovského Dobrovolnického centra obrovské množství lidí, kteří věnují svůj volný čas druhým. Do programů Dobrovolnického centra při ICOS Český Krumlov se v roce 2020 zapojilo celkem 51 dlouhodobě spolupracujících dobrovolníků. Další dvacítku dobrovolníků pak vypomáhala jednorázově při nejrůznějších akcích, které jsou taktéž zaměřeny na podporu služeb a aktivit pro seniory či děti.



Dobrovolnické centrum

- Za program **Kamarád v životě**, který pomáhá dětem s určitými problémy, děkujeme **Feslové Anežce, Kadeřábkové Kateřině, Kamenské Barboře, Kotlárové Petře, Koukalové Barbaře, Marešové Kateřině, Matějčkové Heleně, Matulkové Renatě, Matušové Valentýně, Říhové Simoně, Šimečkové Anně, Zelové Marii**.
- Děkujeme dobrovolníkům, kteří zpestřují čas klientům v **Nemocnici a Domovech pro seniory**. Jmenovitě to jsou **Čejková Marie, Guida Jana, Kliková Hana, Nováková Eliška, Blažková Lenka, Čurdová Anežka, Kocourková Hana, Kusová Eva, Matějčková Helena, Novotná Jitka, Selucká Ivana, Stluková Eva, Studená Hana, Studený Zdeněk, Svobodová Miroslava, Řežábová Eva, Špičáková Magdaléna, Valachová Eliška, Vacek Pavel, Valvodová Hana**.
- V srpnu oslavilo 10. narozeniny **Informační centrum pro seniory (IC Senior)**. I přes nepříznivou situaci s koronavirovou krizí se i v roce 2020 podařilo dobrovolníkům uspořádat množství hojně navštěvovaných akcí. Děkujeme **Františce Kuncové**, která s nápadem na založení centra přišla a od počátku jej zcela úžasně (a dobrovolniccky) vede. Děkujeme dobrovolníkům: **Hanákové Jarmile, Kalové Lence, Kitzlerové Ludmile, Kroneislové Haně, Fouskové Jindřišce, Rezkové Aleně, Stifterové Bohuslavě, Čepelákové Marcelle, Glaserové Alici, Stichové Janě, Šedivé Anně, Šenkýřové Haně, Vondrovicové Dagmar, Vorlové Janě a Vladimíru Zuntovi**, kteří se na programu centra i v roce 2020 podíleli.
- Za dobrovolnou pomoc v **Rodinném centru Krumlík** děkujeme **Bártově Martině, Hrindové Barboře, Klementové Ivaně, Lapšanské Lence, Petráškové Martině, Roučové Vendule, Thonové Miroslavě, Zronkové Magdaléně a Veselé Evě**. Zvláštní poděkování patří **Haně Kocourkové** za vedení mezigeneračního programu, kde děti ze základních škol připravují program pro klienty domova pro seniory.

- Poděkování patří také dobrovolníkům, kteří vypomáhali s jednorázovějšími aktivitami. **Jiřímu Štikovi** za pomoc při pobytovém táboře RC Krumlík. Moc si také vážíme ochoty věnovat své volné sobotní odpoledne dětem na **Pohádkovém lese RC Krumlík - Martině Bártové, Květě Bilanské, Janě Jáglové, Danče, Aniče a Pavlíkovi Jáchovém, Míše a Bětušce Klementových, Věře a Ludkovi Kutlákových, Petře Prokůpkové, Věře Svobodové a jejím dcerám Majince a Adélce, Petře Štikové, Petře a Natálce Tichým, Zdeně Tiché, Majdě a Nině Zronkovým**.
- V únoru proběhla v Českém Krumlově zcela nová akce „**Polévka, která pomáhá**“ na podporu našeho Dobrovolnického centra. Děkujeme všem, kteří polévky vařili: **Ingrid Jílkové, Majdě Zronkové, Danče Jáchové, Martině Bártové, Petře Štikové, Tereze Valachové, Jaroslavu Vaněčkovi, Adéle Fenclové, Báře Berkové, Lence Želivské, Tomáši Šulkovi a Martinu Dubovi**. Za zapůjčené várnice děkujeme kájovskému Konibaru, městu Český Krumlov, Pekárně Srnín a Českokrumlovskému rozvojovému fondu za technické zázemí. Dále děkujeme těm, kteří pomáhali přímo na akci - **Danče Scherhaufarové, Míše Klementové, Lence Šestákové, Květě Škrabalové, Tomáši Zuntovi** a děvčatům z tábořského spolku „Polévka, která pomáhá“ **Petře Jamrichové, Lence Želivské a Simoně Nevšimalové**, které za touto aktivitou na podporu dobročinných akcí v několika městech, stojí. Díky všem dobrovolníkům se na úžasné akci vydělalo 30 tisíc Kč na podporu dobrovolnictví. A děkujeme i všem, kteří si přišli na masopustní úterý některou z polévek, prodávaných na náměstí Svornosti, vychutnat. **A jestliže to situace umožní, budeme opět s polévkami na náměstí v úterý 16.2.2021. Přijďte si pochutnat**.
- Děkujeme také všem spolupracujícím organizacím, supervizořce dobrovolníků Lence Motlové, Ondrovi Hájkovi z Egon Café za výborné občerstvení pro dobrovolníky, Míše Taliřové za upečení dortu a všem dalším, kteří s námi pomáhali v minulém roce.

Petra Tichá a Magdaléna Zronková, Dobrovolnické centrum
facebook: Dobrovolnické centrum Český Krumlov
www.dobrovolnictvi.krumlov.cz



V listopadu nás opustila naše dlouholetá dobrovolnice, paní Hana Šenkýřová. Od zahájení činnosti IC Senior vedla výživovou poradnu a pomáhala s organizací programové nabídky. Kromě řady dalších zájmů byla nadšenou fotografkou, dokázala zachytit jedinečné momenty, její fotografie květin byly i předmětem několika výstav u nás v IC Senior. Hančina „otevřená zahrada“ byla nádherným místem pro přátelská setkávání. **Děkujeme touto cestou Hance za přátelství, spolupráci i za čas, který věnovala pomoci druhým.**

Františka Kuncová, Magdalena Zronková, Petra Tichá a Tomáš Zunt za IC senior a ICOS

Dobrovolnické programy i Poradenské a informační centrum pro seniory podporuje Jihočeský kraj, město Český Krumlov a Ministerstvo vnitra ČR. Na jejich chod také přispěla například Nadace Jistota Komerční banky, LINDE POHONY a řada drobných dárců. Děkujeme.



OKÉNKO BEZPLATNÉ PORADNY MEZI PARAGRAFY



Bezplatná poradna mezi paragrafy

Nekalé praktiky podomních prodejců přetrvávají

V roce 2020 se Bezplatná poradna mezi §§ i v období pandemie koronaviru stále poměrně často setkávala v praxi s nekalými praktikami podomních prodejců. Mnohé obce se již pokusily podomní prodej omezit vyhláškou, která jej na území dané obce zakazuje. Nicméně nekalé praktiky v podobě podomního prodeje například na trhu s energiemi přetrvávají a stále poměrně často se zejména seniři (ale nejen oni) pod tlakem domnělé „výhodnosti“ prodejcům upíší. A teprve později vidí, že skutečnost je jiná, a ne výhodná. Přinášíme zde proto několik základních informací pro spotřebitele.

Podomní prodejci podle našich zkušeností nejčastěji trvají na podpisu své/nové smlouvy v domácnosti, čehož dosáhnou buď nátlakem na spotřebitele, „výhrou“ daru, respektive věci zdarma či dokonce poskytováním zcela nepravdivých informací. Takto uzavřené smlouvy bývají nejčastěji uzavírány adhezním způsobem, **tzn. za předem stanovených podmínek**, a to na základě smlouvy, která má podobu formuláře, přičemž spotřebitel nemá možnost ovlivnit obsah ani podmínky předmětné smlouvy. Součástí těchto smluv jsou **všeobecné obchodní podmínky** označovány někdy zkratkou VOP, které jsou pro spotřebitele po jejich seznámení závazné, a jejich neplatnosti se lze domáhat pouze v případě újmy spotřebitele.

Podepsaná smlouva o sdružených službách dodávky elektřiny/plynu sama o sobě neumožní převedení spotřebitele k novému dodavateli a proto je velmi často součástí těchto smluv i **plná moc**, která společně se smlouvou zahájí proces změny dodavatele energií či plynu. U smluv uzavřených na dobu určitou činí **výpovědní doba 3 měsíce**, není-li sjednáno v obsahu smluvních podmínek jinak.



Jaké jsou tedy zákonné lhůty pro odstoupení od smlouvy?

V případě uzavření smlouvy v rámci podomního prodeje může spotřebitel odstoupit od smlouvy **ve lhůtě 14 dnů** od uzavření smlouvy nebo seznámení o právu odstoupit od smlouvy, a to **bez uvedení důvodu a sankce**. V případě, že by spotřebitel nebyl o svém právu odstoupit od smlouvy poučen, může od předmětné smlouvy odstoupit do 1 roku a 14 dnů ode dne uzavření smlouvy. Smlouvu o sdružených dodávkách elektřiny/plynu lze na základě energetického zákona též vypovědět **do 15 dnů od zahájení dodávek energie**, kdy výpovědní lhůta běží 1. dnem následujícího měsíce po doručení výpovědi dodavateli.

Jakým způsobem lze odstoupit od smlouvy? Jak zabránit výpovědi u stávajícího dodavatele? Lze podomní prodej zakázat?

O tom se můžete dočíst na našem webu: www.poradna.krumlov.cz

Markéta Kneislová, Bezplatná poradna mezi paragrafy

BEZPLATNÁ PORADNA MEZI PARAGRAFY

Vyvedeme vás z bludiště paragrafů

Český Krumlov, Kaplice, Větřní, Trhové Sviny, Nové Hrady

Sociální a právní poradenství zejména v následujících životních situacích:

problémy s dluhy, bydlení, problémy v rodině, v práci, v oblastech spotřebitelského práva, správního práva, sociálního systému,...

tel.: **774 110 124**, e-mail: pravni.poradenstvi@krumlov.cz

www.poradna.krumlov.cz

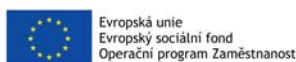
Poděkování

V roce 2020 jsme museli několikrát dočasně omezit provoz několika našich poboček z důvodu pandemie koronaviru. I tak jsme se snažili být neustále lidem, kteří potřebovali pomoc, co nejvíce k dispozici. Věříme, že v roce 2021 již obdobná omezení nebudou nutná. Velmi ráda bych touto cestou chtěla poděkovat našim spolupracujícím

organizacím, advokátním kancelářím a městům, zejména městu a městskému úřadu v Trhových Svinech a v Kaplici, městu Nové Hrady a Větřní. Děkuji za spolupráci také kolegyním z poradny, Markétě Kneislové, Veronice Jandové a v době nouzového stavu vypomáhající Petře Tiché. Děkuji i všem vstřícným klientům a doufám, že vám budeme nápomocny i v roce 2021.

Tereza Valachová, vedoucí Bezplatné poradny mezi paragrafy

Poradna je registrovanou sociální službou a funguje za podpory MPSV ČR, Jihočeského kraje, MPO ČR, Sdružení Růže, MAS Pomalší a měst Český Krumlov, Kaplice, Větřní, Vyšší Brod, Trhové Sviny a Nové Hrady. Zajištění části provozních hodin je také spolufinancováno z evropských fondů.



DOBROČINNÝ BĚH KRUMLOVSKÁ 11 OPĚT PŘILÁKAL DESÍTKY BĚŽCŮ I RODIN S DĚTMI

Dokončení ze strany 1

Běžci i rodiny s dětmi si mohli vyzvednout odměny v Rodinném centru Krumlík

Všichni účastníci letošního netradičního Krumlovské 11, kteří do 29. listopadu poslali důkaz o svém výkonu v podobě aplikace, obdrželi či obdrží medaile K11. Ti nejrychlejší i drobné ceny, děti pak diplomy a malou pozornost. Autoři nejlepší rodinné fotografie dětské nákrčníky K11 pro své ratolesti.

Odměny bylo možné si vyzvednout do 23. prosince v Rodinném centru Krumlík. Jestliže jste to nestihli, obraťte se na Magdalénu Zronkovou z pořádající organizace ICOS Český Krumlov (tel.: 605 215 882, e-mail: info@krumlovska11.cz). Výsledky a další informace jsou dostupné na webu Krumlovská 11: www.krumlovska11.cz.

Příští ročník je naplánován na neděli 7. listopadu

„Děkujeme také městu a starostovi města Český Krumlov Daliboru Cardovi za záštitu a podporu akce, stejně tak celé řadě dalších partnerů a dobrovolných spolupracovníků, kteří nám s organizací akce pravidelně pomáhají. A těšíme se na příští ročník K11, který opět, jak věříme, bude již v plné parádě se spoustou sportovních i společenských zážitků, s atrakce-

mi pro děti, svatomartinským posezením, společnou koupelí a společným během“, těší se na další ročník K11, který by měl proběhnout 7.11.2021 Tomáš Zunt z obecně prospěšné společnosti ICOS Český Krumlov.



Místostarosta Martin Hák, který stál s ICOS a řadou dalších krumlováků u zrodu krumlovské 11 na startu letošního netradičního ročníku.



Krumlovská 11 sportovně společenská dobročinná akce pro běžce i neběžce a jejich rodiny. Jejím organizátorem je obecně prospěšná společnost ICOS Český Krumlov, o.p.s. za spolupráce s řadou partnerů a přátel z řad místních občanů, firem i města Český Krumlov. www.krumlovska11.cz



INFORMACE CPDM, O.P.S. ČESKÝ KRUMLOV, ŠPIČÁK 114

Výtvarný podzim v Boudě

I přes zpřísněná hygienická opatření se v CPDM, o.p.s. podařilo v týdnu od 5. do 9. října 2020 úspěšně zrealizovat již 17. ročník výtvarně-rukodělného projektu pro děti „Výtvarný podzim v Boudě“. Od pondělí do pátku jsme převážně v dopoledních hodinách postupně přivítali v klubu Bouda devět třídních kolektivů prvního i druhého stupně českokrumlovských základních škol, které měly možnost seznámit se s různými výtvarnými technikami. Děti si tak na pěti stanovištích postupně vyzkoušely malbu na velké plátno, výrobu odznáček, animační techniku kreslení, učily se vypalovat pájku ornamenty do kožených přívěsků, osvojily si techniku suchého plstění jehlou. Vedení jednotlivých dílen zajišťovali odborní lektori a zaměstnanci CPDM.

Přestože času na tolik stanovišť nebylo mnoho, v převážné většině si děti stihly projít celý program a odcházely s plnou hrstí krásných výrobků. Díky finanční podpoře města Český Krumlov, MŠMT a Jihočeského kraje byl tento projekt pro všechny účastníky zdarma. Celkem se jej zúčastnilo 185 dětí a 20 pedagogů.



Pro nás, pracovníky Centra pro pomoc dětem a mládeži, byl výtvarný podzim příležitostí přivítat v našem zařízení děti, které o naši činnosti dosud nevěděly, a pozvat je k účasti na dalších projektech, které plánujeme do

budoucnosti. Díky pozitivnímu ohlasu jak ze strany dětí, tak pedagogů jsme si jisti, že „Výtvarný podzim v Boudě“ splnil své poslání a již teď se těšíme na příští ročník.

Klub Bouda v čase koronaviru

I přes nepříznivé vládní nařízení týkající se omezení našeho provozu jsme v Boudě nezaháleli. V daném období jsme dětem a mládeži nabízeli možnost doučování. Tuto pomoc pravidelně využívalo 15 dětí. Mladým lidem jsme také poskytovali základní poradenství a pomoc s řešením jejich problémů, které byly nejrůznější povahy. Nejčastěji se poradenství týkalo dluhů a jejich splátek. Několika mladým jedincům, kteří se ocitli v těžké životní situaci, jsme zprostředkovali pomoc na úřadech.

Asi největší pozitivní novinkou v tomto smutném období je skutečnost, že se nám podařilo zakoupit a zrenovovat profesionální kulečnický stůl do našeho klubu. Opět jsme tedy obohatili naše poskytované klubové aktivity o další atraktivní možnost trávení volného času. A tak si přijďte v novém roce 2021 zahrát. Bouda je pro děti a mládež otevřena na Špičáku každý všední den vždy od 13.00 do 18.00 hodin.

CPDM, o.p.s.

Kontakt:

Centrum pro pomoc dětem a mládeži, o.p.s. Český Krumlov
Špičák - T. G. Masaryka 114, 381 01 Český Krumlov
tel.: 388 402 926, 380 713 042
e-mail: icm@cpdm.cz cpdm@cpdm.cz
www.cpdm.cz



RODINNÉ CENTRUM KRUMLÍK ROZŠÍŘILO KAPACITU DĚTSKÉ SKUPINY

Od září 2020 jsme zvedli kapacitu dětské skupiny z 8 na 12 dětí. „Pro tento krok jsme se rozhodli hlavně z důvodu stále vzrůstajícího zájmu ze strany rodičů. Stávalo se nám, že nám volaly těhotné maminky, které ještě nevěděly, zda budou mít holčičku nebo chlapečka, ale už si u nás ve školce rezervovaly místo,“ směje se Ingrid Jílková, výkonná ředitelka ICOS Český Krumlov, který rodinné centrum provozuje.

Krásné prostory Rodinného centra v Urbinské ulici jsou přizpůsobeny i těm nejmenším, proto do dětské skupiny přijímáme děti již od 12 měsíců. „Pro přijetí dítěte nemáme žádné speciální požadavky kromě povinného očkování,“ upřesňuje Ingrid Jílková. „Děti mohou mít plenky i dudlíky. Snažíme se jim vytvořit co nejpříjemnější prostředí a vyjít vstříc jejich zvykům. Není pro nás problém připravit před spaním mlíčko, vzít na procházku kočárek či se jinak přizpůsobit potřebám konkrétního dítěte.“ Děti na hlídání přijímáme po celý rok a máme otevřeno i v době školních prázdnin. **Dětská skupina funguje každý všední den od 7.30 do 15.30 hodin.**

Více informací naleznete na webu: krumlik.krumlov.cz.

Květa Škrabalová, vedoucí RC Krumlík a preventivních programů ICOS



POMÁHÁME RODINÁM ZŮSTAT SPOLU



Podpora rodin je klíčovým spojením slov, které se prolíná skrz všechny aktivity nabízené službou „Podpora rodin a dětí“. Služba funguje v regionu již několik let.

Velkou část služby tvoří poradenská činnost zaměřená na pomoc rodinám a jejím členům v těžkých situacích: a to nejen v situacích jako je rozvod, vztahová krize či konfliktní situace v rodinách, ale i při jiných potížích (úzkosti, závislosti členů rodiny, nejistota v rodičovské roli,...). Tyto obtížné situace mohou potkat prakticky každého z nás a bez odborné pomoci je nezářídka velmi složité je zvládnout.

Poradenství pro rodiny s dětmi

Nabízíme rodinné poradenství včetně terapie, psychologické poradenství, mediaci i asistované kontakty. Potkala vás některá ze situací jako je rozvod, rozchod, úprava péče nezletilých dětí, konflikty mezi partnery či vztahová krize? Obraťte se na nás.

- **Rodinné poradenství, terapie:** pro jednotlivce, páry či celé rodiny, řešící například nefungující vztahy, rozvod, problémy v komunikaci, závislosti, nejistoty, úzkosti,... Terapie se zaměřuje na zlepšení vztahů, podporu a rozvoj rodiny.
- **Psychologické poradenství:** podpora zdravě fungující rodiny, psychologická diagnostika, podpora osobního rozvoje prostřednictvím odborných metod a přístupů.
- **Mediace:** možnost řešit konflikty, spory a problémy za pomoci nezávislého odborníka.
- **Asistované kontakty/předávání:** podporované setkávání/předávání rodiče, případně jiné osoby, s dětmi, za přítomnosti odborného pracovníka. Cílem je opětovně navázání či udržení vzájemných vztahů.

Druhou částí služby Podpora rodin je tzv. sociálně aktivizační služba pro rodiny s dětmi v ohrožení, která je zaměřena na rodiny, které se ocitly v dlouhodobé nepříznivé sociální situaci.

Během druhé vlny COVID-19 jsme se zapojili do projektu Nory Fridrichové, pomoc pro maminky samoživitelky, díky čemuž jsme ulehčili tuto těžkou dobu některým maminkám, které dostaly velký balík potravinové pomoci. Navíc jsme obdrželi 4 notebooky pro děti samoživitelek, aby mohly být ve spojení se školou ve formě online výuky. Nyní nás čekají Vánoce, období klidu a pohody, ale i dárků, které potěší nejedno dětské srdce. Ne všichni rodiče mají dostatek financí na obstarání dárků pro své děti: a tak jsme využili nabídky sbírky Krabice od bot a s kolegyněmi jsme vyzvedly přes 100 dárečků, které budou doručeny dětem z chudých rodin. Rodiny získaly také 34 dárků od Mattela. Za tým Podpory rodin tímto děkujeme Kateřině Šustrové, Noře Fridrichové, Rut Kolínské a Haně Šustrové, které na naši službu myslí a neváhají nás kontaktovat s aktuálními nabídkami pomoci pro rodiny.

Petra Štiková, vedoucí služby Podpora rodin a dětí

Kontaktní kancelář služby:

Urbinská ulice č. 184

Mgr. Petra Štiková

vedoucí služby Podpora rodin a dětí v ohrožení

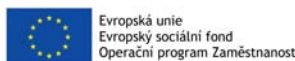
tel.: **734 440 422**

e-mail: podporarodin@krumlov.cz

www.podporarodin.krumlov.cz

Provozovatel: ICOS Český Krumlov, o.p.s.

Rodinné centrum Krumlík i službu Podpora rodin a dětí zajišťuje ICOS Český Krumlov, o.p.s. Část aktivit je spolufinancována z evropských fondů, dlouhodobě obě služby podporuje také Jihočeský kraj, město Český Krumlov či Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR.



DĚLÁME ŽIVOT SNAŽŠÍM SENIORŮM I DĚTEM S POSTIŽENÍM

ROZHOVOR S MARTINOU BÁRTOVOU, VEDOUcí OSOBNÍ ASISTENCE

Dokončení ze strany 3

Procházíte pravidelným testováním?

Ano, všichni zaměstnanci Osobní asistence jsou každých pět dní testováni. Osobně jsem ráda, chráníme tím naše klienty a zároveň máme jistotu i my sami.

Osobní asistence působí na Českokrumlovsku i Kaplicku už 12 let, o kolik se stará klientů?

Ročně pomáháme okolo 40ti až 45 klientů. O některé se staráme každý den, o jiné, kteří mohou mít třeba větší podporu rodiny kupříkladu jen dvakrát v týdnu. Rozsah i zaměření péče je vždy individuální. Pracujeme od pondělí do neděle, od sedmi ráno do sedmi do večera. V posledních letech jsme schopni zajistit cirka 10 tisíc hodin péče. Zájem o asistenci je ale čím dál větší, a ICOS se snaží postupně kapacitu služby navyšovat.

Za devět měsíců můžeš zhodnotit i práci v neziskové organizaci ICOS

Už jako dobrovolník jsem se v ICOSu cítila dobře a jsem moc ráda, že jsem nyní jeho větší součástí. Je tu skvělý tým, cítím se tu pochopená, mám dveře vždy otevřené a mohu kdykoliv a cokoliv konzultovat. Na začátku a vlastně i teď cítím velkou podporu a vím, že i chyba zde bude lidsky pochopena. Taky se v ICOSu nikdy



nenudíme, pořád se něco děje. A především, je tu i sranda a vládne tu dobrá nálada. Jsem hrdá i na tým asistentek, který je různorodý a dohromady jsme, myslím, dobrá parta. I zde se cítím velmi dobře.

Máš dvě malé děti, jak slaďuješ rodinný a pracovní život na vedoucí pozici?

Vyhovuje mi, že si mohu většinou naplánovat práci tak, jak já potřebuji, případně využít možnost práce z domova, pokud jsou např. děti nemocné. Logisticky je to někdy opravdu náročné, ale skloubit to jde, což oceňuji. Rozhodně nejsem jediná maminka, která zde pracuje a ICOS nám „pracujícím maminkám“ pro práci vytváří velmi dobré podmínky.

Osobní asistence si ale letos neprošla jen koronavirem, dalším důležitým milníkem jsou další dva pořízené automobily.

Mám obrovskou radost, že máme dvě nová služební auta. Popravdě, rozhodně jsem nečekala, že nastoupím a hned první rok mého působení ve službě se toto podaří. Děkuji tímto vedení ICOS za jejich nasazení a všem dárcům, kteří nám přispěli! Ve službě máme nyní šest aut, která jsou plně využita. Můžeme nyní dojíždět i do odlehlejších částí našeho regionu, kam bychom se jiným způsobem vůbec nedostali. V menších městech a obcích máme nyní velkou část klientů.

A na závěr - co by sis ve službě Osobní asistence nejvíce přála?

Přála bych si, aby si služba udržela svůj standard a dobré jméno, byla stále žádaná a klienti i zaměstnanci byli spokojeni. Aby bylo vždy dostatek těch, kteří službu všemožně podporují. Aby služba byla pružná a pružně reagovala na potřeby svých klientů i zaměstnanců a mohla nadále pomáhat tam, kde je potřeba.

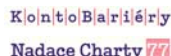
Rozhovor vedla Hana Šustrová, PR pracovník ICOS Český Krumlov

I DÍKY MNOHA DÁRCŮM MÁ OSOBNÍ ASISTENCE DALŠÍ AUTA

Osobní asistence měla na počátku roku 2020 čtyři auta, kterými dojíždí za svými klienty a která slouží i k převozu klientů. Čtyři auta však zcela nestačila. Poptávka po službě stále roste a přibývá klientů i z odlehlejších částí regionu. Díky mnoha dárcům a podporovatelům se však v první polovině roku podařilo obecně prospěšné společnosti ICOS Český Krumlov rozšířit vozový park o další potřebná 4 vozidla, která slouží několika službám, která pro obyvatele regionu ICOS zajišťuje. A dvě z nich slouží přímo Osobní asistenci. V průběhu května a června přispělo 33 lidí částkou téměř 33 tisíc na základě dárcovské

výzvy „Auto pro osobní asistenci“. Dalších 80 tisíc přispěla Nadace ČEZ díky tomu, že desítky lidí vysportovaly (během, chůzí, jízdou na kole,...) přes mobilní aplikaci „Pomáhej pohybem“ potřebný počet bodů pro auto. Automobil pro Osobní asistenci podpořila také již tradičně Nadace Charty 77 a její Konto Bariéry. Další nezbytné auto pak pro služby ICOS darovala mladoboleslavská škodovka. Ta si na základě výběrového řízení vybrala 100 neziskovek v ČR a těm darovala novou Škodu Octavii. Koncem července jsme si ji převzali. **Všem dárcům moc děkujeme! ICOS Český Krumlov, o.p.s.**

Osobní asistenci provozuje ICOS Český Krumlov za podpory MPSV ČR, Jihočeského kraje, města Český Krumlov, Kaplice a řady dalších podporovatelů.



Vydání této neprerodné tiskoviny je spolufinancováno z prostředků MPSV ČR, MPO ČR, příspěvků města Český Krumlov a Jihočeského kraje a Evropského sociálního fondu.

Názory a informace v tomto letáku nevyjadřují oficiální stanoviska poskytovatelů dotací. Nepodepsané příspěvky jsou redakční.

Ve spolupráci s CPDM, o.p.s. Český Krumlov vydala v prosinci 2020 obecně prospěšná společnost ICOS Český Krumlov, 5. května 251, Plešivec, 381 01 Český Krumlov, IČO 70815089, tel./fax 380 712 202, e-mail: icos@krumlov.cz, www.icos.krumlov.cz.

Redakce: Tomáš Zunt, ředitel ICOS, zunt@latran.cz. Informace pro inzeryty: icos@krumlov.cz.

Grafická úprava, tisk: Tiskárna Vyšehrad, s.r.o., Český Krumlov; distribuce: Česká pošta, s. p.; náklad: 6.200 kus

ZPRAVODAJ.KRUMLOV.CZ je registrován u Ministerstva kultury ČR jako periodická tiskovina pod číslem MK ČR E 14469

