

# LEDOVEC, Z.S. VÝROČNÍ ZPRÁVA 2022

**...většina není vidět.**



## Od začátku...

Ledovec vznikl v lednu 2021 v Ledcích u Plzně, v kuchyni na faře. Založili ho manželé Fojtíčkovi, právník, psychiatr a kněz. Brzy po založení toto sdružení otevřelo terapeutické centrum rodinného typu pro osoby s mentálním handicapem a/nebo duševním onemocněním. Později už jsme začali používat termín tréninková domácnost venkovského typu a nepopírali jsme jistou inspiraci camphillským hnutím, jehož model spočívá ve společném životě „zdravé“ rodiny a několika lidí se znevýhodněním, starost o sebe navzájem, zapojení do společné práce i slavení. Teprve později, v roce 2005, se Ledovec rozšířil do Plzně a postupně se zaměřil na budování komplexu služeb pro lidi s duševním onemocněním.

## ... až do teď!

Začátky byly skromné a punkové, nyní je z Ledovce největší nestátní nezisková organizace zajišťující terénní služby lidem se zkušeností s duševním onemocněním v Plzeňském kraji. Naším posláním je vytvářet prostředí, které pomáhá lidem s duševním onemocněním na jejich cestě zotavení. Provozujeme multidisciplinární komunitní týmy (Centrum duševního zdraví Plzeň, Centrum duševního zdraví Klatovy, Komunitní tým Plzeň venkov), poskytujeme telefonickou krizovou pomoc, odborné sociální poradenství a služby podpory bydlení (chráněné bydlení a Housing First). Vyjíždíme s cirkusovými workshopy Varieté Sociále (dříve Pacirkus) do psychiatrických nemocnic a jiných sociálních zařízení, otevřeli jsme svépomocný clubhouse CHRC a podporujeme zapojení lidí s vlastní zkušeností s duševním onemocněním i do poskytování našich služeb. Na poli prevence a destigmatizace nabízíme programy pro mladé i pro širokou veřejnost (Blázníš? No a!, Dny pro duševní zdraví aj.). Několikrát do roka vydáváme Ledovky, noviny o duševním zdraví, v nákladu 500 výtisků a distribuujeme je zdarma.

## ... většina není vidět

Ledovec od svého založení používá motto „většina není vidět“. Odkazuje k hloubce člověka. Když se s někým potkáme, vidíme z něho jen špičku ledovce. Ale právě to, co se děje někde pod hladinou, co si v sobě neseme, co prožíváme, co skrýváme možná i sami před sebou, je to, oč nám jde. Možná to ani neumíme přesně pojmenovat, ale zažíváme to a žijeme z toho.

## Naše hlavní principy

**Ledovec** staví na zájmu o člověka a úctě k jeho jedinečnosti, na odvaze a otevřenosti, na svobodě a zodpovědnosti, na profesionalitě a lidské vzájemnosti.

**Ledovec** uplatňuje přístup oboustranné sociální rehabilitace: tj. jako se snažíme lidem s duševním onemocněním pomoci v začleňování do společnosti, tak se zároveň snažíme působit na společnost a posilovat v ní potenciál otevřenosti „k těm druhým“.

**Ledovec** buduje a provozuje komunitní multidisciplinární služby pro osoby zejména s duševním onemocněním v Plzeňském kraji a realizuje destigmatizační a vzdělávací

projekty vycházející z principu zotavení pro odbornou i laickou veřejnost v celé ČR. **Ledovec** je aktivním aktérem v procesu reformy péče o duševní zdraví.

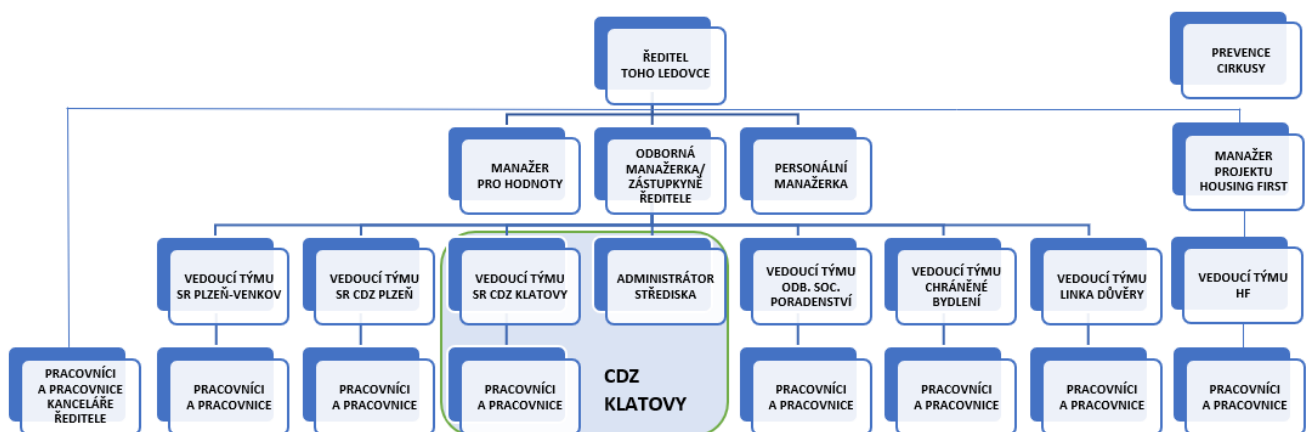
## Priority, touhy a sny roku

Mít se spolu dobře a vědět, jak na to. Vzít vážně zodpovědnost za komunitní služby v oblasti péče o duševní zdraví v Plzeňském kraji. Rozvíjet multidisciplinaritu. Propagovat bydlení jako základní lidské právo. Přispět k dostupnosti služeb v akutní krizi. Vnímat prevenci jako základní součást péče o duševní zdraví. Podporovat role sebeobhájcovských, svépomocných aktivit a role lidí s vlastní zkušeností. Být otevření novým trendům a dobré praxi.

## Kde všude jsme

Kanceláře všech našich služeb sídlí v Plzni a v Klatovech. V terénní formě naše týmy působí v oblastech Plzeň-město, Plzeň-sever, Plzeň-jih, Rokycansko, Stříbrsko, Klatovy, Domažlice a Horšovský Týn.

## Organizační struktura Ledovce



## Kdo, co

### Vrcholek Ledovce

Mgr. Petr Moravec, ředitel toho Ledovce; Mgr. et Mgr. Drahomíra Franzová, zástupkyně ředitele, odborná manažerka; Ing. Mgr. Martina Podlipná, personální manažerka; Mgr. et Mgr. Martin Fojtíček, manažer pro hodnoty

### Správní rada

Mgr. et Mgr. Martin Fojtíček, Mgr. Jitka Stočesová, Mgr. Petr Hubínek

### Dozorčí rada

Předseda: Ing. Marek Novotný (dozorci.rada@ledovec.cz)

Členky dozorčí rady:

Mgr. et Mgr. Drahomíra Franzová (drahomira.franzova@ledovec.cz) a MUDr. Veronika Sýkorová (veronika.sykorova@ledovec.cz)

### **Strategická partnerství**

Ledovec spolupracuje na provozu Centra duševního zdraví Plzeň a Centra duševního zdraví Klatovy s **Psychiatrie-ambulance s.r.o.**, která je zaměstnavatelem zdravotnických pracovníků centra.

### **Střešní organizace**

Ledovec je člen AKS – Asociace komunitních služeb (www.askos.cz), Platformy pro transformaci péče o duševní zdraví (www.platformaprotransformaci.cz), Aliance CDZ (www.acdz.cz), Platformy pro sociální bydlení (www.socialnibydeni.org).

## **Kolik, koho**

Průměrný roční přepočtený počet zaměstnanců Ledovce za rok 2022 je 44,12. Dobrovolníků bylo 5 a věnovali Ledovci a jeho klientům 49 hodin.

## **Kolik, čeho**

Ledovec po celý rok poskytoval 4 sociální služby v rámci těchto týmů:

Odborné sociální poradenství Ledovec, Sociální rehabilitace Ledovec, Linka důvěry Ledovec, Chráněné bydlení Ledovec, Centrum duševního zdraví Plzeň, Centrum duševního zdraví Klatovy.

A k tomu ještě Housing First, CHRC, preventivní aktivity a programy v oblasti duševního zdraví pro školy, Pacirkus a Pomocnou školu.

Ledovec je také podílníkem sociální firmy Garden Gang s. r. o.

## **Služby a projekty**

### **Odborné sociální poradenství Ledovec (POR)**

POR poskytuje informace, rady a podporu lidem s duševním onemocněním od 18 let (v případě poradenství v oblasti vzdělávání od 16 let) a jim blízkým osobám v plzeňském regionu. Podporuje klientovu samostatnost a řešení jeho situace v běžných podmínkách, službu staví na jeho silných stránkách. Nabízí předání informací a rad, pomoc při jejich využití v denním životě (například informace o sociálních dávkách, podání žádosti o invalidní důchod, hledání vhodného zaměstnání aj.); podporu v uplatňování vlastních práv a svobod; informuje o tom, kam se obrátit o další pomoc (sociální, právní, psychoterapeutickou, zdravotní); seznamuje s dalšími navazujícími službami a aktivitami.

### **Zajímavosti**

Odborné poradenství Ledovec prošlo v roce 2022 několika změnami. Vyšli jsme vstříc změně zakázek našich klientů a zkvalitnili jsme podporu v procesu žádosti o invalidní

důchod, v námitkách na invalidní důchod a žalobách v případě odmítnutí invalidního důchodu. I v poradenství byl znát velký nárůst klientů mladšího věku, s kterým souvisí dohledání opor pro tuto cílovou skupinu, dovednost vedení rozhovoru, navazování důvěry s lidmi na hraně dospělosti a seznamování se s jejich problémy s duševním zdravím. Další část nových klientů byla z Ukrajiny s psychickými problémy, kteří potřebovali mnoho různých forem podpory souvisejících s nelehkou sociální situací. Celkově to byl rok velmi pestrý, mnohé jsme se museli naučit a pořád jdeme dál.

V roce 2022 se na nás obrátilo dohromady 220 lidí, kterým jsme poskytli 1516 intervencí. Službu zajišťovali 3 sociální pracovníci na 1,7 úvazku v přímé práci (stav k 31.12.2022).

Služba byla financována z dotací Plzeňského kraje, Statutárního města Plzně, městského obvodu Plzeň 3 a Plzeň 4.

### **Kontakt**

Karoliny Světlé 13, 323 00 Plzeň  
T: 739 054 931  
E: por@ledovec.cz  
www.ledovec.cz

### **Sociální rehabilitace Ledovec**

Sociální rehabilitace je sociální služba, která má za cíl pomoc lidem k dosažení samostatnosti, nezávislosti a soběstačnosti, a to rozvojem jejich schopností a dovedností a posilováním návyků potřebných pro samostatný život. Je určena lidem s duševním onemocněním zejména z okruhu psychotických onemocnění, od 18 let (ev. od 16 let), kteří jsou v souvislosti se svou nemocí v nepříznivé situaci a nemohou ji řešit vlastními silami. Na službu se mohou obrátit také rodinní příslušníci a lidé blízcí.

Služba byla financována z rozpočtu Evropské unie – Evropského sociálního fondu, z dotací Plzeňského kraje, Statutárního města Plzně a Ministerstva zdravotnictví.

### **1. Plzeň venkov**

Tým Plzeň venkov podporuje lidi s duševním onemocněním v rozvoji takových schopností a dovedností, které potřebují k samostatnému a spokojenému životu v běžných podmínkách. Podporu poskytuje především v sociální oblasti, v praktických záležitostech, při hledání vhodného zaměstnání, v řešení bydlení a úředních záležitostí, při hledání vztahů, aktivit a zdrojů podpory, včetně vlastních silných stránek. Provází během hospitalizace a při přechodu z ní. V terénní formě tým působí v oblastech Plzeň-sever, Plzeň-jih, Rokycansko, Stříbrsko, případně Plzeň-město. Součástí multidisciplinárního týmu byli sociální pracovníci, pracovníci v sociálních službách, peer, odborný konzultant - psycholog a odborný konzultant - psychiatr.

### **Zajímavosti**

Službu sociální rehabilitace z oblasti Plzeň venkov v roce 2022 využilo 231 lidí. Jednalo se o 90 žen, 118 mužů a 23 anonymních osob bez evidence pohlaví.

Dohromady bylo poskytnuto 4972 výkonů s klienty. Službu zajišťovalo 14 pracovníků na 9,1 úvazku v přímé práci (stav k 31.12.2022).

### **Kontakt**

Františkánská 5, 301 00 Plzeň  
T: 737 003 997  
E: sr@ledovec.cz  
www.ledovec.cz

## **2. Centrum duševního zdraví Plzeň (CDZ Plzeň)**

Tým CDZ Plzeň je tu pro lidi s vážným duševním onemocněním (zejména s psychotickým či afektivním), které má vliv na jejich běžný život, jsou starší 18 let a jsou z Plzně. Pomáhá zorientovat se v životě s psychickými potížemi, rozpoznat krizi a předcházet jí. Provází během hospitalizace a při přechodu z ní. Podporuje v hledání zaměstnání, v řešení bydlení, v úředních záležitostech, při hledání vztahů, aktivit a dalších zdrojů podpory. Nabízí podporu multidisciplinárního týmu, ve kterém pracuje psychiatr, psycholog, psychiatrické či všeobecné sestry, sociální pracovníci, peer konzultant a specialista na podporu v zaměstnávání. CDZ Plzeň provozují společně organizace Ledovec, z.s. a Psychiatrie-ambulance, s. r. o.

### **Zajímavosti**

V roce 2022 se součástí CDZ Plzeň stal tým včasných intervencí. Tým se tak posílil o 1 lékaře, zdravotní sestru a sociální pracovníci s dovednostmi a zkušenostmi s podporou mladých lidí a lidí, u kterých se začínají projevovat závažnější psychické obtíže. Tímto tématem jsme se začali v týmu více zabývat, sešli jsme se pracovníky dětské psychiatrické kliniky, se zástupci pedagogicko-psychologických poraden, s dětskými psychiatry. Pracovníci CDZ se v rámci Ledovce podílejí také na preventivních programech ve školách v Plzni „Blázníš? No a!“.

I v roce 2022 dále pokračujeme v intenzivním kontaktu s Psychiatrickou klinikou FN v Plzni a Psychiatrickou nemocnicí v Dobřanech, podpořili jsme řadu lidí v přechodu z hospitalizací zpět do života v běžných podmínkách. V pravidelném kontaktu jsme také s ambulantními psychiatry v Plzni a s praktickými lékaři. V rámci práce s lidmi s duální diagnózou se pravidelně setkáváme s dalšími službami v západních Čechách a hledáme další možnosti práce s lidmi, kteří se potýkají s psychickými potížemi v kombinaci se závislostí. Proběhlo několik setkání s kolegy z plzeňských sociálních služeb, kteří se zabývají pomocí lidem bez domova a navázali s nimi spolupráci. Dále jsme se setkali s kolegy, kteří se zabývají podporou cizinců a ve spolupráci pak poskytli a poskytujeme pomoc i cizincům.

Během roku 2022 jsme do týmu přijali další 2 sociální pracovníce a 1 zdravotní sestru. Rozhodli jsme se o rozdělení velkého týmu na 2 subtýmy a jmenovali dva nové vedoucí, abychom zajistili efektivnější domluvy v týmu a tím snadnější koordinaci práce s klienty. V týmu se nám i nadále daří udržet stále pracovní spojení sociálních pracovníků a zdravotníků – lékařů, sester a psychologů tak, že pracují jako tým s vědomím společného smyslu a hodnot a podporují lidi s duševním onemocněním na jejich cestě v zotavení.

Sociální službu v rámci CDZ Plzeň v roce 2022 využilo 357 lidí. Jednalo se o 117 žen, 145 mužů a 95 anonymních osob bez evidence pohlaví. Bylo poskytnuto 6650 sociálních výkonů s klienty. Službu zajišťovalo 11 pracovníků na 9,6 úvazku v přímé práci (stav k 31.12.2022).

Zdravotní část CDZ Plzeň zajišťovala Psychiatrie-ambulance s.r.o. prostřednictvím 3 psychiatrů na 1,4 úvazku; 3 psychologů na 1 úvazek a 8 zdravotních sester na 6,7 úvazku.

### **Kontakt**

Karoliny Světlé 13, 323 00 Plzeň

T: 377 429 616, 737 163 204

E: CDZ@ledovec.cz

www.ledovec.cz

### **3. Centrum duševního zdraví Klatovy (CDZ Klatovy)**

CDZ Klatovy je určeno pro lidi se zkušeností s duševním onemocněním, kteří žijí v regionu Klatovy, Domažlice, nebo Horšovský Týn. Jedná se o mezičlánek mezi primární péčí (včetně ambulantní psychiatrické péče) a lůžkovou – akutní i specializovanou péčí. Jeho funkcí je prevence hospitalizací či jejich zkracování a nápomoc k reintegraci dlouhodobě hospitalizovaných do běžného života. Pomáhá zorientovat se v životě s psychickými potížemi, rozpoznat krizi a předcházet jí. Provází během hospitalizace a při přechodu z ní. Podporuje v hledání zaměstnání, v řešení bydlení, v úředních záležitostech, při hledání vztahů, aktivit a dalších zdrojů podpory. Služba nabízí podporu ve svých prostorách nebo terénní formou prostřednictvím multidisciplinárního týmu, ve kterém pracuje psychiatr, psycholog, psychiatrické či všeobecné sestry a sociální pracovníci.

### **Zajímavosti**

Během roku 2022 došlo díky projektu Multidisciplinarita k prohloubení spolupráce s Psychiatrickou nemocnicí v Dobřanech skrze pravidelné společné supervize, vzájemné stáže a cenzy, které umožnily oslovit klienty i z oddělení, kde neprobíhají pravidelná setkání (tzv. multitýmy). Tým na jaře posílil o peera Romana, který se stal naší nepostradatelnou součástí, a na podzim přišla nová sociální pracovníce Sabina. Došlo k prohloubení znalostí a dovedností týmu, dokončili jsme výcvik CARE a výcvik v Motivačních rozhovorech. Započalo také vzdělávání našich všeobecných sester v psychiatrické specializaci, která bude končit na jaře roku 2024. Otevřeli jsme „Rodičovskou skupinu“ pro podporu rodiny a blízkých našich klientů; skupinu „O“ zaměřenou na poruchy osobnosti a skupinu „P“ pro lidi, kteří mají zkušenost s psychotickým onemocněním. Zaznamenali jsme větší zájem o spolupráci ze strany obcí a ambulantních psychiatrů. Během roku 2022 došlo také k nárůstu zájemců mladistvých ve věku 16-20 let. I na základě toho dochází k setkání s Pedagogicko-psychologickou poradnou a diskuzím nad tím, jak vzájemně spolupracovat a podporovat studenty s psychickými potížemi. Navazujeme intenzivnější spolupráci s Občanskou poradnou v Klatovech (Diakonie) a s Člověkem v tísní v pomoci našim konkrétním klientům.



Sociální službu v rámci CDZ Klatovy v roce 2022 využilo 218 lidí. Jednalo se o 118 žen a 100 mužů. Bylo poskytnuto 2891 sociálních výkonů s klienty. Službu zajišťovalo 9 pracovníků na 5,3 úvazku v přímé práci (stav k 31.12.2022).

Zdravotní část CDZ Klatovy zajišťovala Psychiatrie-ambulance s.r.o. prostřednictvím 3 psychiatrů na 1,05 úvazku; 2 psychologů na 1 úvazek; 9 zdravotních sester na 5 úvazků.

### **Kontakt**

Pod Nemocnicí 789, 339 01 Klatovy

T: 603 111 542

E: cdzklatovy@ledovec.cz

www.ledovec.cz

### **Linka důvěry Ledovec**

Služba telefonické krizové intervence aktivně usiluje o stabilizaci psychického stavu uživatelů, přináší psychickou podporu, naslouchá a motivuje k překonání jejich krize či obtížné životní situace, společně hledá východiska ze situace, kterou neumí řešit vlastními silami. Kromě telefonického kontaktu nabízí základní sociální poradenství po internetu. Linka důvěry logicky i prakticky zapadá svým charakterem do spektra služeb Ledovce. Zároveň je stabilním a dlouholetým prvkem krizové pomoci v Plzni, díky nízkoprahovosti telefonického kontaktu je využitelná i pro lidi, kterým jejich zdravotní stav brání využít jiné formy psychologické pomoci.

### **Zajímavosti**

Linka důvěry poskytovala telefonickou krizovou pomoc v roce 2022 ve stejném rozsahu jako v letech minulých, a to každý den v roce, od osmi hodin do půlnoci. Na Linku důvěry se dovolávají lidé v krizi jako na místo první pomoci, kde mluví o tom, co mohou se svou situací udělat. V dubnu a květnu 2022 bylo prvokontaktů na Lince více než lidí, co jí využívají opakovaně. Opakovaně využívají Linku lidé se zkušeností s duševním onemocněním – na Lince dostávají ujištění a naději, že i když mají propad nálady nebo se zrovna nedaří a úzkost přišla znovu už po stopadesáté, neznamená to, že přijdou o svoje schopnosti zotavovat se. Pomáháme lidem vidět dobré věci, které v životě mají.

Výrazným tématem na Lince důvěry se na jaře 2022 se stala válka na Ukrajině – lidé chtěli kontakty, kam se obracet a poskytovat podporu uprchlíkům, sdíleli úzkost a bezmoc z válečného konfliktu, v minimální míře se objevovaly obavy z přívalu uprchlíků. Stále jsou velkou skupinou volajících lidé se zkušeností s duševním onemocněním a jejich blízcí, a také rodiče hledající pomoc pro své děti či dospívající s psychickými problémy. Stále se také velmi často v hovorech objevuje téma krize partnerských vztahů. Pravidelné jsou hovory, kde je tématem velká ztráta v podobě úmrtí blízkého člověka. Ve větší míře se na naši službu obracejí mladí lidé s psychickými problémy pramenícími z traumatu např. sexuálního zneužívání ulevující si sebepoškozováním. S tímto tématem se na naši službu obracejí i učitelé snažící se pomoci studentům v této věci. S koncem roku se v hovorech objevují témata finanční či bytové tísně, volají více lidé reálné ohrožení chudobou, v hovorech sdílejí myšlenky na sebevraždu.



Na jaře 2022, v reakci na příchod uprchlíků z Ukrajiny, naše služba velmi úzce spolupracovala s Krajské asistenční centrum pro uprchlíky z Ukrajiny (KACPU) – především s Hasičským záchranným sborem Plzeňského kraje, s ním ve spolupráci zajišťovaly pracovníce krizové linky služby krizové pomoci uprchlíkům v KACPU v nepřetržitém provozu, hlavně pro matky, babičky s dětmi. Dále naše služba pomohla propojit ukrajinskou psycholožku s Modrou linkou Brno, která ve spolupráci s MPSV ČR provozuje Bezplatnou linku sociální asistence pro občany Ukrajiny. Stálá je spolupráce s tísňovou linkou 112, která na Linku přepojuje hovory v případě, že není nutný okamžitý výjezd integrovaného záchranného systému (IZS). Oproti minulému roku se méně často stávalo, že v průběhu hovoru přepojeného ze 112 zjistíme výrazné ohrožení zdraví či života volajícího a je potřeba ho předat zpět do IZS. Stálá spolupráce je také se zdravotnickou záchrannou službou, když se dovolává člověk v započatém sebevražedném pokusu a je ohrožen na zdraví či životě. Rovněž je spolupráce s policií ČR při ohlašování/překažení trestné činnosti, o které se krizový intervent od volajícího dozví a vyhodnotí ho jako hodnověrný (v roce 2022 – jsme nemuseli ohlašovat).

Běžnou součástí krizové práce je předávání informací a kontaktů volajícím na další služby sociální, zdravotnické apod. Největší je poptávka po službách psychické pomoci pro děti a dospívající. Volající si velmi stěžují na nedostupnost těchto služeb zejména na Tachovsku. Nebo na dlouhé čekací doby, které jsou demotivující, vedou k bezmoci a zoufalství, se kterými se nám lidé dovolávají.

Telefonická krizová pomoc v roce 2022 zaznamenala 2830 kontaktů, z toho 1473 hovorů krizové intervence. V rámci hodnocení služby bylo ohlášeno 1440 projevů spokojenosti s hovorem, projevů nespokojenosti bylo 154.

Služba byla financována z dotací Plzeňského kraje a Statutárního města Plzně.

### **Kontakt**

T: 739 055 555, 373 034 455

E: [ld@ledovec.cz](mailto:ld@ledovec.cz)

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

### **Chráněné bydlení**

Služba chráněného bydlení poskytuje lidem s vážným duševním onemocněním bezpečné bydlení a podporu v rozvoji, posílení a udržení dovedností pro co nejvíce samostatný a zodpovědný život podle jejich představ. Je zde pro lidi od 18 do 64 let s duševním onemocněním (z okruhu psychotických a afektivních onemocnění), kteří v důsledku tohoto onemocnění nebo dlouhodobé hospitalizace nemají dostatečné schopnosti, dovednosti či podmínky potřebné k samostatnému životu v běžném prostředí a jejichž situace nevyžaduje nepřetržitou podporu.

### **Zajímavosti**

V Chráněném bydlení jsme v roce 2022 změnili adresu jednoho z bytů. Jeden byt je garsonka, ve všech ostatních bytech jsou jednolůžkové pokoje. Intenzivně jsme se

věnovali hledání a vybírání nového vedoucího týmu a jsme rádi, že se nám to podařilo. Nová zkušená vedoucí Mgr. Andrea Preclíková nastoupila 1.1.2023.

Ledovecké chráněné bydlení nabízelo v roce 2022 18 lůžek v 5 bytech. Službu CHB využilo celkem 26 lidí. Bylo odmítnuto 31 zájemců, z toho 28 z důvodu nedostatečné kapacity.

Služba byla financována z dotace Plzeňského kraje, Statutárního města Plzně, městského obvodu Plzeň 1, Plzeň 3, Plzeň 4, z příspěvků uživatelů a individuálních dárců.

### **Kontakt**

Palackého 16, 301 00 Plzeň  
T: 735 759 114  
E: chb@ledovec.cz  
www.ledovec.cz

### **Housing First (HF)**

Projekt HF se v souladu s reformou psychiatrické péče zaměřuje na deinstitucionalizaci péče o lidi s duševním onemocněním a přesouvá její poskytování do běžného sociálního prostředí. Cílem týmu Housing First je získávat stálé a uspokojující bydlení pro lidi s vážným duševním onemocněním, kteří jsou v dlouhodobé bytové nouzi, zlepšit tak jejich životní situaci a nastartovat proces zotavení. Tým HF nabízí individuální dlouhodobou podporu orientovanou zejména na udržení získaného bydlení a předcházení rizik jeho ztráty.

### **Zajímavosti**

V roce 2022 jsme oslavili ukončení tříletého pilotního projektu, který se ukázal jako více než životaschopný. Cílem bylo získat pro 10 lidí/domácností stálé a uspokojující bydlení, zlepšit tak jejich životní situaci a nastartovat proces zotavení. Díky projektu jsme našli domov pro 17 lidí ve vlastním nájemním bydlení. Napjatě jsme očekávali schválení návazného projektu a uvolnění dalších 20 městských bytů. A vyšlo to. Projekt Housing First Ledovec II poběží do roku 2025.

Výsledky pilotního projektu (ke dni 30. 9. 2022):

Počet zabydlených osob: 17 dospělých; počet zabydlených domácností: 15; typ bydlení: 5 soukromých bytů, 10 obecních bytů; typ bytové nouze nájemců před zabydlením: 20 % bez střechy, 67 % bez bytu, 13 % z nejistého bydlení; potíže podporovaných osob: 27 % ústavní péče a VTOS, 40 % alkohol a psychoaktivní látky, 13 % problémy s fyzickým zdravím, 100 % problémy s duševním zdravím; splnění indikátorů projektu: na více než 150 %.

Cíle navazujícího projektu Housing First Ledovec II:

1. V Plzni nově zabydlet min. 20 osob s duševním onemocněním s potřebou komplexní a intenzivní podpory a v situaci bez domova (dle ETHOS).
2. Prevence ztráty bydlení pro potřebné klienty předchozího HF projektu.
3. Přejít do bydlení v rámci procesu deinstitucionalizace a reformy péče o duševní zdraví - zmapovat počet lidí s duševním onemocněním schopných samostatného

bydlení dlouhodobě žijících v pobytových zařízeních a institucích sociálních a zdravotních služeb Plzeňského kraje, vytvořit a u 15 klientů ověřit metodiku plánování přechodu z instituce do samostatného bydlení.

Projekt Housing First Ledovec byl financován z operačního programu Zaměstnanost Ministerstva práce a sociálních věcí, EU - Evropského sociálního fondu. Partnerem projektu bylo Statutární město Plzeň. Projekt Housing First Ledovec II je financován z operačního programu Zaměstnanost+ Ministerstva práce a sociálních věcí, EU - Evropského sociálního fondu. Partnerem projektu je Statutární město Plzeň.

### **Kontakt**

Břeňkova 3, 301 00 Plzeň  
T: 775 725 027  
E: hf@ledovec.cz  
www.ledovec.cz

### **CHRC**

V CHRCu (zkratka z anglických termínů „clubhouse“ a „recovery college“) vytváříme otevřený prostor klubových a vzdělávacích aktivit, které se týkají duševního zdraví. CHRC provozuje Ledovec jako samostatný svépomocný a vzdělávací projekt. Vítán je každý, bez ohledu na to, zda využívá ledovecké sociální služby. Aktivity v CHRCu jsou otevřené všem příchozím a jsou zdarma. V CHRCu se setkávají svépomocné skupiny, pořádají se tu vzdělávací semináře i volnočasové aktivity. CHRC bývá někdy otevřený i jen jako „Baťkova kavárna“, prostor, kam je možné přijít posedět a promluvit si. Aktivity CHRCu nejsou součástí registrovaných sociálních a zdravotních služeb Ledovce, ale jsou prostorem, kde jde o zotavení, a jakýmsi „inkubátorem“ sebeobhájcovských, svépomocných a destigmatizačních aktivit, na jehož rozvoji se podílejí zejména lidé s vlastní zkušeností s duševním onemocněním.

### **Zajímavosti**

Počet pravidelných aktivit, které v CHRCu probíhaly během roku 2022, bylo 15: Rodičovská skupina, Cesty k zotavení, Svépomocná skupina, Výtvarný klub s Josefínou a Zuzkou, Zpívaná s Lukášem, Angličtina s Domčou, Setkání spolku To se ví!, Baťkova kavárna, Úsměv mámy, Výlet s Lenkou, IT peerování s Romanem. Jednorázových akcí proběhlo dohromady 20, mezi nimiž bylo například setkání skupiny tvůrčího psaní s Vaškem, Chrcový táborák v Leducích nebo přednáška na téma Jak přežít s úzkostí.

CHRC byl financován z dotací Ministerstva zdravotnictví ČR, Statutárního města Plzně, městského obvodu Plzeň 3 a příspěvků individuálních dárců.

### **Kontakt**

Boženy Němcové 30, 323 00 Plzeň  
T: 737 957 669  
E: chrc@ledovec.cz  
www.chrc.cz

## Preventivní aktivity a programy v oblasti duševního zdraví pro školy

Projekt nabízí středním školám, středním odborným učilištím a odborným učilištím – žákům, studentům i pedagogickým pracovníkům - v Plzeňském kraji vzájemně se doplňující programy s cílem posílit schopnosti a dovednosti dospívajících zvládat běžné náročné životní situace a krize. Informuje je o možnostech odborné podpory v regionu a posiluje tvorbu podpůrného klimatu ve školách. Programy zajišťuje lektorský tým tvořený zkušenými sociálními pracovníky, psychology, pedagogy, preventisty a lidmi s osobní zkušeností s duševním onemocněním, tzv. peery. V roce 2022 jsme nabízeli programy „Jak se pozná, že už (jsem) se zbláznil“, „Blázníš? No a!“ a „PH balíček“.

### Zajímavosti

Poptávka škol se po seminářích s tematikou duševního zdraví v době po distanční výuce a izolacích třídních kolektivů souvisejících s epidemií covidu prudce zvedla. Registrujeme velký nárůst problémů studentů v oblasti psychického zdraví i velké vyčerpání a bezradnost pedagogů. Čím dál častěji přicházíme do tříd, kde již učitel registruje konkrétní problém (v různém stádiu ne/řešení). Proto jsme se během roku soustředili mj. na posílení našeho lektorského týmu a systematizaci poskytování preventivních aktivit do budoucna.

Vzhledem k tomu, že jsme především poskytovatelem sociálně-zdravotních služeb pro lidi s duševní onemocněním, je součástí každého semináře nabídka a možnost individuální konzultace pro studenty, kteří mají nějaké konkrétní problémy a zatím nevyužívají odbornou pomoc. Tyto konzultace jsou využívány téměř po každém ze seminářů.

Na základě těchto zkušeností a díky příspěvku Plzeňského kraje i na metodickou práci, jsme se rozhodli vytvořit nový typ semináře, který se zaměřuje výlučně na dovednost péče o sebe – psychohygienu. Ten je nyní v rozpracované podobě a po prvním pilotním otestování v jedné ze tříd. Jeho metodické doladění, opakované pilotní ověření a zaškolení lektorů předpokládáme v průběhu roku 2023e. S drobnými úpravami jej bude možné nabídnout jak pro studenty, tak pro učitele.

Čím dál více se na nás obrací základní školy, které řeší konkrétní problémy svých žáků. Bohužel naše programy (i dovednosti lektorů) jsou realizovatelné od 15 let výše (někdy s výjimkou pro 9. ročníky). V nejbližší době nepředpokládáme snížení věkové hranice. Nicméně bychom rádi do budoucna posílili naši kapacitu pro poskytování seminářů pro pedagogy, aby zvýšili své kompetence k řešení náročných situací s žáky. Kromě zaškolení lektorů jde zejména o plán akreditovat dvoudenní seminář pro pedagogy v r. 2023.

V roce 2022 jsme realizovali 29 preventivních seminářů v oblasti péče o duševní zdraví v Plzeňském kraji; 24 celodenních seminářů pro studenty: 21 na středních školách v Plzni, 2 v 9. třídách ZŠ v Přešticích, 1 v Horní Bříze; 1 tříhodinový seminář pro studenty v Plzni; 3 semináře pro pedagogy: 2 pro kolektiv pedagogů (SŠ a MŠ v Plzni) a jeden dvoudenní kurz pro kolektiv pedagogů v Klatovech.

Na projekt v r. 2022 jsme získali dotaci od městského obvodu Plzeň 1 a Plzeňského kraje. Výrazné navýšení našich kapacit prostřednictvím externích lektorů umožnily příspěvky na realizaci od některých ze škol a z darů individuálních dárců.

### **Kontakt**

Martina Váňová

T: 733 109 112

E: bna@ledovec.cz

www.blaznis-no-a.cz, www.pomocnaskola.cz

### **Pacirkus**

Nástupcem projektu Cirkus Paciento v psychiatrických nemocnicích je pacirkus, který spolu s pacienty psychiatrických nemocnic nebo s klienty pobytových služeb připravuje společná představení s názvem Varieté Sociále.

### **Zajímavosti**

Pacirkus vyjel v roce 2022 na dvě štace: 11. června do Domova na cestě ve Skutči, kde vystoupilo 20 účinkujících a dva klienti. 17. srpna Pacirkus vyrazil do Domova na Jarošce v Hodoníně, kde účinkovalo 14 pracovníků a 18 klientů.

### **Kontakt**

Martin Fojtíček

T: 777 019 834

E: ledovec@ledovec.cz

www.pacirkus.cz

### **Pomocná škola**

Pomocná škola je vzdělávací instituce, kterou Ledovec založil jako prostředí pro sdílení praktických zkušeností s pomáháním tak, jak mu rozumíme na Ledovci. Je určena pro všechny, kteří pomáhají lidem a chtějí to dělat lépe.

### **Zajímavosti**

Pomocná škola poskytla v roce 2022 akreditované vzdělávání více než 200 účastníkům ve 20 kurzech. Nově jsme akreditovali 3 kurzy: Destigmatizace začíná v mé hlavě, Rozhovor jako klíč profesionálního pomáhání a Desatero profesionálního pomáhání.

### **Kontakt**

Martin Fojtíček

T: 777 019 834

E: pomocnaskola@ledovec.cz

www.pomocnaskola.cz

### **Garden Gang**

Garden Gang je profesionální zahradnická a úklidová firma, která se zrodila z Ledovce. Klade důraz na sociální aspekt podnikání – zaměstnává osoby se zdravotním postižením. Působí převážně v Plzni a okolí.

**Zajímavosti**

Počet pracovníků zahradnických a úklidových prací (péče o zeleň, úklidy veřejného prostranství): 27; počet pracovníků úklidových prací (vnitřní úklidy): 9. Nespočet: zasazených trvalek a keřů, metrů čtverečních vydrhnutých podlah, tun posekané trávy, radosti z hezké práce. Na jaře jsme do zaměstnání přijali dvě ukrajinské maminky a koupili pozemek ve Lhotě, kde chceme provozovat malé zahradnictví.

**Kontakt**

Karoliny Světlé 13, 323 00 Plzeň

T: 731 950 560

E: info@gardengang.cz

www.gardengang.cz

## Ledovecké akce roku 2022

**22.1. Narozeniny Ledovce**

Ledovec oslavil 21. narozeniny! Doba covidová nám nedovolila se sejít, ale aspoň jsme si stylově - přesně v 1:22 hodin odpoledne ťukli online přes obrazovky.

**3.4. Ledecký jarmark**

Slunko, jídlo, pití, pletení pomlázek a velikonočních věnců, malování kraslic... to vše patří k atmosféře našeho ledoveckého kraslicování, spojeného s jarmarkem, které pravidelně pořádáme v Leducích na farní zahradě.

**22.4. Celoledo (setkání celého Ledovce)**

Po dvouleté covidové pauze jsme se zase sešli. My všichni z Ledovce, staří (služebně) i mladí, dohromady. K jednomu stolu už se, jako na začátku Ledovce, nevejdeme, tak jsme si na jeden den pronajali prostor od Církve bratrské v Plzni, seznámili se s novými tvářemi všech týmů, přivzdělali se a povzbudili v našem společném poslání. Sešlo se nás necelých 70.

**23.4. Jarní Sběrka potravin**

Každý rok se připojujeme k celonárodní potravinové sbírce. Naši dobrovolníci pomohli v Lidlu na Gerské ulici v Plzni naplnit 27 banánovek trvanlivými potravinami a drogerií. Všem zapojeným děkujeme!

**28.5. Sousedská večere**

S radostí jsme se opět připojili k Evropskému dni sousedů a pro naše sousedy na Lochotíně jsme u vily, kde sídlí naše Centrum duševního zdraví, připravili něco k pojezení a načepování. Zahráli nám Lakuna Duo.

**31.7. Svatojakubské pouťové veselí**

Naše tradiční prázdninová pouť se uskutečnila na konci července na farní zahradě v Ledcích. Začali jsme poutní mší v kostele sv. Jakuba Většího a pokračovali programem na dvoře, kde byly připraveny stánky s řemesly, občerstvení, živá hudba a knižní bazar. Mimo jiné zde zahrála a zazpívala hudební skupina JenTet.

### **10.-14.10. Dny pro duševní zdraví**

Během čtyř dnů jsme v plzeňském Moving Station nabídli program pro odbornou i širokou veřejnost zaměřený na nejrůznějších aspekty duševního zdraví, prevenci i představení konkrétních služeb péče pro lidi s duševním onemocněním. Dny jsme zahájili odbornou konferencí na téma Nové služby v oblasti duševního zdraví v Plzeňském kraji. Následovalo setkání Poznej svého psychoterapeuta, kde bylo možné osobně se seznámit s cca dvaceti místními psychoterapeuty; dále seminář spolku Toseví o tom, kdo je peer a co dělá; beseda Moje jméno není diagnóza s lidmi, kteří mají sami zkušenost s duševní nemocí; koncert skupiny Už jsme doma, promítání filmu Autoportrét s následnou diskusí o poruchách příjmu potravy a divadelní inscenace Svatá hlava. Děkujeme Ministerstvu kultury České republiky, městu Plzeň a městskému obvodu Plzeň 3, díky jejichž příspěvkům jsme mohli nabídnout všechny vstupy zdarma.

### **12.11. Podzimní Sběrka potravin**

Při podzimní potravinové sbírce ledovečtí dobrovolníci pomohli vybrat 338,2 kg potravin a drogerie. Velké díky všem, kteří jste se do sbírky zapojili a do košíku něco pro sbírku přihodili.

### **15.11. Den pro Housing First**

V listopadu jsme oslavili ukončení tříletého pilotního projektu Housing First, který se ukázal jako více než životaschopný. Kromě nás domácích přišla na setkání s týmem Housing First také nová paní radní Světlana Budková, další kolegyně a kolegové ze sociálních služeb a úřadů, nechyběli ani samotní uživatelé projektu Housing First, kteří díky němu našli stabilní domov.

### **15.12. Vánoční svařák na Ledovci**

Před Vánoci jsme sousedsky potkali na dvorku našeho Centra duševního zdraví u svařáku a punče k popovídání, zpívání a první ochutnávce cukroví.



## Děkujeme

Děkujeme vám všem. Fakt. Za pomoc na akcích, dobrovolničení, pomáhání, veselí se spolu s námi, že se nás nebojíte, trpíte náš humor a vůbec, že vás prostě máme. Děkujeme za finanční podporu všem firmám i soukromým dárcům.



EVROPSKÁ UNIE  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost



Pomáhající  Plzeň

Městský obvod  Plzeň 1

Městský obvod  Plzeň 4



MINISTERSTVO  
KULTURY

# Přehled hospodaření Ledovce za rok 2022

## Přehled hospodaření v roce 2022

### VÝNOSY

Provozní dotace	37 501 857 Kč
Přijaté dary	427 760 Kč
Přijaté členské příspěvky	7 000 Kč
Tržby - příspěvky klientů	820 132 Kč
Ostatní tržby	584 219 Kč
Ostatní provozní výnosy	417 938 Kč
<b>VÝNOSY CELKEM</b>	<b>39 758 906 Kč</b>

### NÁKLADY

#### **Spotřebované nákupy**

Vybavení kanceláří a bytů	452 849 Kč
Pohonné hmoty a materiál k dopravním prostředkům	318 697 Kč
Kancelářský materiál	245 576 Kč
Ochranné a pracovní pomůcky, čistící a hygienické potřeby	183 446 Kč
Energie	586 472 Kč
Ostatní materiál (materiál na opravy, klíče, drobné spotřební předměty atp.)	239 607 Kč

**Spotřebované nákupy celkem** 2 026 647 Kč

#### **Služby**

Nájemné (kanceláří a bytů) a služby s nájmem spojené	1 498 797 Kč
Pronájem dopravních prostředků	415 513 Kč
Školení, kurzovné, supervize	557 685 Kč
Telefony, internet, poštovné	320 953 Kč
Správa software	165 699 Kč
Opravy a udržování	202 549 Kč
Právní, účetní, auditorské služby	76 225 Kč
Cestovné	59 939 Kč
Náklady na reprezentaci	30 515 Kč
Ostatní služby (PO a BOZP, revize, úklid, odpad, honoráře, lékařské prohlídky, grafické práce a tisk atp.)	417 621 Kč

**Služby celkem** 3 745 496 Kč

#### **Osobní náklady**

Mzdové náklady (pracovní smlouvy, náhrady, DPČ a DPP)	25 302 680 Kč
Povinné odvody zaměstnavatele (z titulu sociálního a veřejného zdravotního pojištění)	8 149 695 Kč
Zákonné pojištění odpovědnosti zaměstnavatele	96 651 Kč

**Osobní náklady celkem** 33 549 026 Kč

#### **Ostatní náklady celkem**

Odpisy dlouhodobého majetku	273 963 Kč
Pojištění organizace (auta, majetek, odpovědnost atp.)	75 204 Kč
Poplatky (bankovní, CCS atp.)	51 170 Kč
Ostatní náklady	35 125 Kč

**Ostatní náklady celkem** 435 462 Kč

### NÁKLADY CELKEM

**39 756 631 Kč**

**Výsledek hospodaření (+ zisk / - ztráta)**

**2 275 Kč**