

Milí čtenáři a příznivci Ledovce, v tomto čísle jsme si dovolu-li trochu zavzpomínat při příležitosti lednového výročí dvaceti dvou let od vzniku Ledovce. Mezi služebně staršími kolegy, mě nevyjímaje, je nostalgické vzpomínání poměrně oblíbenou disciplínou. Ledovecký místopis byl jednodušší, celá organizace měla méně zaměstnanců než je v současnosti členů našich jednotlivých terénních týmů, tráva byla zelenější a pásly se na ní ovce. Vidět minulost v růžovějších barvách, kriticky hodnotit současnost a do budoucna vyhlížet s obavami, je součástí myšlenkových zkreslení, kterých se dopouštíme. Pro organizaci to může zvyšovat riziko, že se začne bránit novým přístupům nebo rozvoji svých služeb do kvantity i kvality.

Tohle riziko se snažím si pořád připomínat a věřím, že se nám nic z toho neděje. Co tedy máme rozjeto, abych své tvrzení dokázal? Tak třeba v Klatovech díky městu budujeme (sláva jim!) nové prostory, abychom měli více místa pro více lidí a mohli tak pracovat s více zájemci o CDZ, nabídnout nové skupiny. Po větším domě pro CDZ se rozhlížíme i v Plzni. Jednáme v Tachově, kde chybí dostupnost terénního týmu pro lidi se zkušeností s duševním onemocněním, abychom jej tam mohli vybudovat snad příští rok. Od června budeme mít nové dva byty po třech lůžkách ve službě chráněného bydlení. Intenzivně pokračuje za- bydlování lidí v bytové nouzi v rámci nového projektu Housing First.

Nezapomínáme na vzdělávání, každý nový kolega projde zaškolovacím procesem, který se zaměřuje na zotavení a další hodnoty jež jsou pro nás důležité. O čem není moc jasno, je budoucnost Reformy péče o duševní zdraví. Do veřejného prostoru se dostávají zprávy z Ministerstva zdravotnictví, které jí moc nepřejí. Je jasné, že je potřeba napnout pozornost do dalších oblastí péče o duševní zdraví, hlavně o děti a mladé lidi. Doufám v kontinuitu započatých změn a že se pro požár jinde nerozboří dosud vystavěné. Ale na to, že dobře už bylo a bude hůř přistupovat nechci. Budoucnost máme ve vlastních rukou a v těch dvě stě ledoveckých mám plnou důvěru.

Petr Moravec, ředitel Ledovce

Ledovky



www.ledovec.cz

1/2023

16. občasník Ledovce, z.s.



LEDOVECKÉ CIMRMANOVSKÉ 22. NAROZENINY

Jak rok za rokem plyne, tak i celý Ledovec žije, roste, bytí. Na narozeninové oslavě konané 21. ledna roku 2023 oslavila firma své 22. narozeniny, aby se to pamětníkům dobře pamatovalo. Tak, jak si to přál Jára Cimrman. V útulném metodistickém kostele na Starobolevecké návsi se v průběhu večera slavilo, diskutovalo, smálo, ale i nostalgicky vzpomínalo. Pamětníci si mohli připomenout klíčové momenty Ledovce od založení 22. ledna 2001 až po přítomnost

v archiváliích, dobových fotkách, nebo ve zmínkách v novinách a v televizi.

Začátky na jaře 2001 na faře v Ledcích byly skromné a punkové, nyní je ale z Ledovce největší firma zajišťující terénní služby lidem se zkušeností s duševním onemocněním v Plzeňském kraji. Jen tak dál!

Na podiu se během večera vystřídala dvě divadelní dua, realistické Divadlo MY, a Squadra Sua se svým představením O humoru, které humorné

především bylo. Jako speciální host se dostavil i firemní maskot, velký modrý terstský kůň, který celé dění kontroloval z čestného místa vedle podia.

Celý večer, podpořený spoustou dobrého jídla a výbornou bílou patnáctkou z pivovaru Raven, proběhl v milé rodinné atmosféře – hlavně díky pamětníkům, klientům, zaměstnancům, ředitelům i přátelům našeho věkem už dospělého spolku.

Kryštof Fojtíček

Letem (ledoveckým) světem

Dne 28. února 2023 se na ledovecké farní zahradě opět – po dvouleté pauze – uskutečnilo **Hromnicové svíčkování**. Vlastnoruční výroba hromniček byla letos doplněna o jednu specialitu, výrobu tzv. svíček zákopových. Svíčky, které umí zahrát ruce, jídlo, případně celou místnost jsme spolu s povzbudivými vzkazy poslali na Ukrajinu. Všechny vyrobené svíčky byly navíc požehnané rukou nejpovolnější, farářem a misionářem Petrem Dombkem.

Náš pan ředitel, **Petr Moravec**, obdržel svoji ledoveckou občanku a zařadil se tak oficiálně do kategorie „mladistvých“. Jeho krásných 15 let na Ledovci jsme s ním oslavili 1. února.

Služba **chráněného bydlení** v Ledovci má novou vedoucí, Andreu Preclíkovou (představení proběhne v budoucích Ledovkách). A taky dva nové byty se šesti lůžky, které přislíbilo město Plzeň a v současnosti je pro chráněné bydlení opravuje a připravuje.

Od dubna 2023 začne Ledovec využívat prostory nového **Centra pro poskytování sociálních služeb v Dobřanech**. Ledovec zde (v Mánesově ulici) bude se službou sociální rehabilitace přítomný dva dny v týdnu, úterý a čtvrtek.

Ledovec v současnosti zaměstnává dvě **ukrajinské psycholožky**, paní Olenu Rud (olena.rud@ledovec.cz, +420 739 355 178) a Tetianu Viter (tetiana.viter@ledovec.cz, +420 604 196 074), které doprovází válečné uprchlíky a pracují s nimi v rámci celého plzeňského regionu. Domluvit se s nimi na setkání či konzultaci je možné pomocí uvedených kontaktů. Pracujeme také na vytvoření svébytného týmu vyhrazeného speciálně pro ukrajinské uprchlíky, který jim bude nabízet komplexnější pomoc v psychosociálních oblastech.

Centrum duševního zdraví Klatovy se bude příští rok stěhovat. Ve spolupráci s městem momentálně rekonstruuje a připravuje nové prostory. O změně adresy budeme včas informovat. A také má novou vedoucí, Štěpánku Naušovou! Nahrazuje Martu Polívkovou, kterážto odešla na mateřskou „dovolenou“.

Housing First pokračuje! Po zkušební etapě projektu, který byl realizován od roku 2019 do 2022, vstupujeme do další fáze. S pokračováním projektu Housing First II se počítá do roku 2025, opět za velké podpory města Plzně, které pro tuto službu uvolní dalších dvacet sociálních bytů.



Spolufinancováno
Evropskou unií

Vytisknuto v rámci projektu Podpora sociálních služeb v rámci individuálního projektu Podpora sociálních služeb v Plzeňském kraji 2023–2025, který je spolufinancován z rozpočtu Evropské unie – Evropského sociálního fondu.

Narozeninová anketa
strana 3

Ponor pod hladinu
strana 2

Proč všude vidím
modrého koně?
strana 4

Ještě k těm našim narozeninám, nemůžeme si pomoci... Zeptali jsme se několika „starých“ ledovčanů na dvě otázky:

1. Vzpomeneš si na nějakou epizodu z Ledovce, která už možná upadla do zapomenutí? 2. Co tě baví na Ledovci?

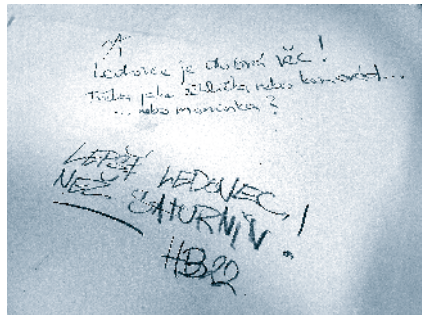


Drahuška Franzová

1. No, moje rodina, zejména někteří její členové, vzpomínají na zabijačky v Ledcích. A já? Vzpomínám spíš na lidi než na epizody. Taký mám dojem, že moc významných epizod z historie Ledovce

do zapomenutí neupadá, máme totiž mezi sebou zdatné vypravěče :-). A já se vlastně raději dívám dopředu a těším se na to, jaká epizoda nás čeká, a užívám si epizody, které mohou žít teď.

2. Jednoznačně LIDI, těch si na celém Ledovci vážím nejvíc. A pak taky to, že se nebojí změn, žije změny a poctivě hledá a zkoumá kudy a jak dál (a neumrzá v minulosti a netaje pod tíhou sentimentu). A že ještě pořád, a přesto všechno chce být nejlepší :-)

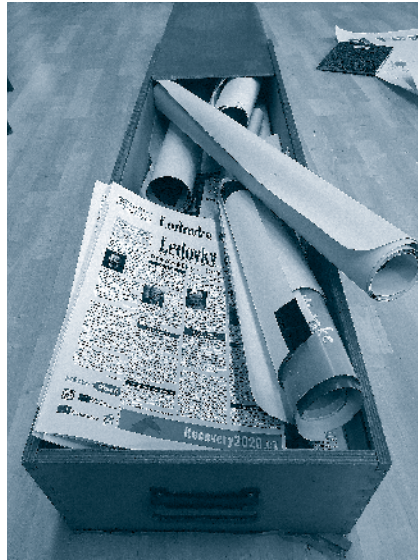
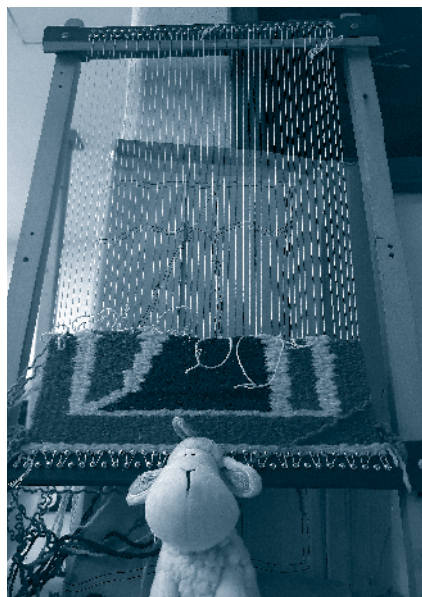


Martina Váňová

1. Zrovna nedávno jsem si na bruslení vzpomněla na Ledoveckou lední revue, kdy jsme koncem dubna, na zimním stadionu, na bruslích, předváděli výjevy z ledovcového života. Od hlavy až k patě

oblečení do bílých overalů. Myslím, že tohle byl pro mě vrchol láskyplné trapnosti, který jsem v Ledovci zažila :o)

2. Že je to pořád Ledovec. Že přes všechny změny a rozpínání tu ten duch zůstává. A že člověk může být sám sebou, takovou svobodu jsem málokdy zažila...



Katka Chaloupková

1. Když nepočítám ledovecké plesy, na kterých jsem se vždycky skvěle bavila a milovala je (to byly skvělé akce... viz nezapomenutelné akvabely v podání ledoveckých pracovníků z řad mužů, včetně

bývalého i současného pana ředitele), tak si vybavuji hlavně clientské případy. Nikdy nezapomenu na to, kdy za mnou přišel můj klient sociální rehabilitace (s mentálním postižením a autistickými rysy) se zakázkou „přijít o panictví“ :o) No... dopadlo to nadmíru dobře.

2. Na Ledovci jsem už osmnáctým rokem. Nastoupila jsem sem hned po škole jako čerstvá absolventka. Takže se dá říct, že to, čím profesně dnes jsem, ze mě udělal Ledovec. A nemyslím tím jen tu pracovní stránku, ale i tu lidskou. Bez nadsázky můžu říct, že ze mě Ledovec udělal lepšího člověka! A čím? Nepoznala jsem před tím upřímnější, otevřenější a srdečnější lidi, než jaké jsem potkala zde. A zatoužila jsem být také taková. Ledovec se doslova stal mým druhým domovem. A co se mi na Ledovci líbí? Že je ryzí, opravdový, poctivý, profesionální, flexibilní... Že to se všemi myslí dobře. Že se neustále vyvíjí, jde vpřed, má velké ambice a je lepší a lepší. Že tu pracují skvělí lidé, kteří jsou pracovití a umí se vzájemně podřzet. Že má pevné a podpůrné vedení. Jsem neskučně hrdá na to, že tady mohu pracovat!



První Ledovky



Jana Nouzcká

1. Musím říct, že stále vzpomínám na ledoveckou zabijačku v Ledcích někdy před 17 lety a nemohu zapomenout na ty jitrnice... :-), ale také na tu pospolitost, pohodu, náladu... A pak asi na otevření

1. bytu chráněného bydlení v Dýšině a na první klienty tam po dlouhodobé hospitalizaci v Dobřanech.

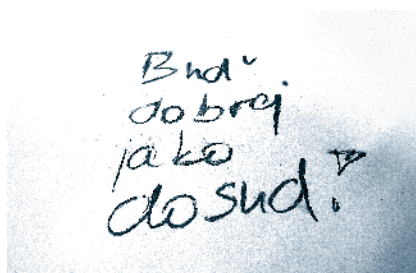
2. Vážím si kolegů a jejich nasazení, připravenosti pomáhat sobě navzájem a klientům, otevřenosti k hledání možných cest, k přijímání jiných pohledů, odvahy dělat nové věci, vzájemné důvěry, zkušenosti/odbornosti a zároveň pokory, pestrosti, naděje.



První web



Druhý web



Petr Hubínek

1. Epizodou, která už možná upadla do zapomenutí, je mé více než tříleté působení ve funkci ředitele Ledovce. Doufám, že dnes už si s touto funkcí všichni spojují jen Petra Moravce, který je nepochybně mnohem lepším ředitelem, než jsem byl já, a který se se svými manažerskými úspěchy může směle poměřovat s „otcem zakladatelem“ Martinem Fojtíčkem, jenž ve funkci ředitele Ledovce působil déle než 17 let.

2. Na Ledovci mě nejvíc baví to, jak se mi už 22 let mění před očima. S nostalgií vzpomínám na jeho začátky a zároveň žasnou nad tím, jak „vyrostl“ a „dospěl“.

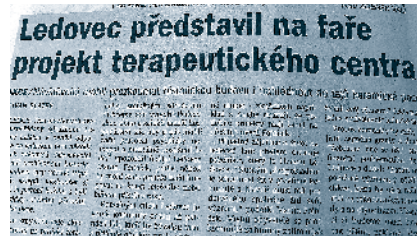


Martin Fojtíček

1. Jak jsem si myslel, že už snesu všechno, a nebylo to tak...

Někdy v desátých letech tohoto milénia, když denní stacionář u nás v kuchyni už řadu let fungoval, jsem začal mít ješitný pocit, že mě ohledně hranic mezi mnou a klienty stacionáře nemůže nic ohrozit. A jak píše Tomáš Akvinský, drobné hříchy trestá Bůh na místě. Přišel jsem jednou v časném odpolední domů a v kuchyni, NA TOM KANAPI, KDE LEHÁVÁM V NEDĚLI PO OBĚDĚ JÁ, NĚKDO LEŽEL! Tak jsem zjistil, že nějaké hranice přece jenom mám.

2. Baví mě, že nic není nemožné. Když končila lední revue k devátému výročí Ledovce na pronajatém ledním stadionu v Plzni na Košutce, říkal Petr: „Tak teď už to můžeme trumfnout leda tak, že si pronajmeme vlak nebo letadlo“. No, parní vlak jsme si pronajali na „Cestu do Dobřan a zase zpět“ při Dnech pro duševní zdraví v roce 2016. Tak teď už jen to letadlo...



Petr Moravec

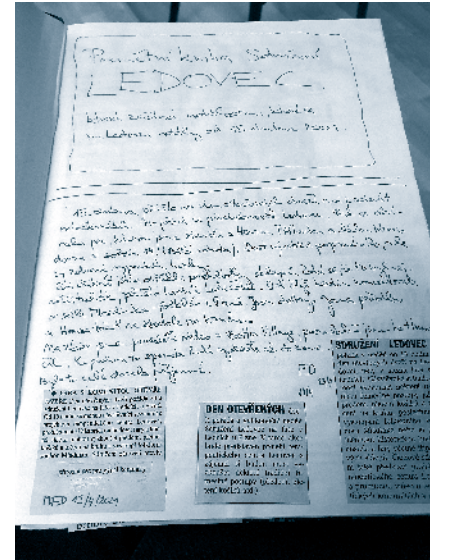
1. Záblesky paměti, které zahrnují hospodářskou epizodu života Ledovce a co znamenalo být univerzální ledovecký zaměstnanec. Cesty s kozou v kufru a klienty denního stacionáře do Prusin za vyhlášeným kozlem Vendelínem. To, že

se do starého tranzita daly nacpat pomocí traktoru dva kulaté balíky sena. Že bylo náročnější je z toho tranzita nějak vyndat.

Taky se možná zapomnělo, že existovala doba bez datových schránek a pošta pobocky rozšiřovala. Ta v Olympii v Černicích měla otevřeno až do 20.00. Mnoho podaných žádostí o granty a vyúčtování mělo podací razítko odtamtud.

Taky se možná už zapomnělo, že jsme si mysleli, že budeme nějakým způsobem provozovat starý mlýn v Ledcích. Místo toho máme dvě CDZ a je to tak dobře.

2. Baví mě spolupodílet se na příběhu, kterým Ledovec je a který vytváří tolik skvělých lidí. Baví mě hledat cesty, jak udělat, aby něco šlo. A myslím, že tohle nastavení se nám v Ledovci daří držet napříč celou organizací. Díky tomu se těším na nové možnosti podpory lidí se zkušeností duševním onemocněním a projekty, které nás ještě čekají. A taky mě baví přemýšlet, jak naložíme s tím letadlem, co nám chybí do sbírky.

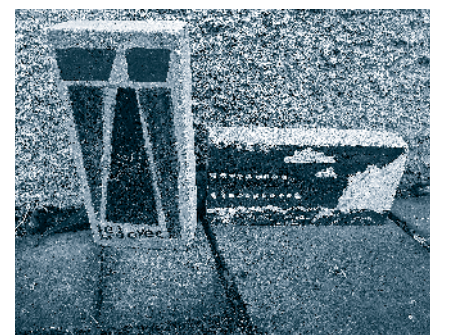


Petra Bernhardtová

1. Můj svět se na mateřské smršknul na nejrůznější kašičky, a tak mně, staré labužnici, teď lezou na mysl hlavně gurmánské vzpomínky. Třeba na to, jak jsme si vařili ve stacionáři v Ledcích. Bylo

to světové. Richard, dobrovolník z Anglie, do každé polévky při vaření nasypal skořici. A nebo Jonas z Německa – když jste si nedali pozor, přistál vám v jakémkoliv polévce chuchvalec kysaného zelí. Holka polka Anna zase dělala výborné palačinky s marmeládou ze „sklepu“ – nikdy se nám nepodařilo dopátrat, jestli byla domácí nebo kupovaná. Jo, my měli všechno nejradši domácí, a tak se v Ledcích začalo vařit pivo, péct chleba (dokonce pec jsme postavili) a vyrábět kozí sýr. A jaké dobroty jsme dělali ve stánku na našich akcích... Pak jsem přišedlila do Poradenského centra smířená s tím, že food dobrodružství odzvonilo, a ejhle, stoly našich kanceláří se prohýbaly pod pytlí s vařenými vejci a tatarákem z mořských řas, báječným to výprodejem z makra (zdravím pana doktora Bláhovce do nebe).

2. Na Ledovci mě baví to, že tu můžete pracovat klidně 20 let (ano, letos tomu tak bude), a není to vůbec žádná nuda. Mám pocit, jako kdybych za tu dobu pracovala v několika firmách v nejrůznějších odvětvích... A nebyly to ledajaké firmy, až jsem dělala dojíčku koz, tkadlenu, trhovkyni, principálku nebo zdravotní sestru, vždycky u toho byl prostor pro lidi a jejich příběhy, vždycky jsem cítila oporu v zádech a vítr v podobě nových výzev. Hodně mě od začátku těší čerpat inspiraci z hodnotového a filosofického backgroundu, které do Ledovce vnáší Martin s Drahuškou a Petrem.

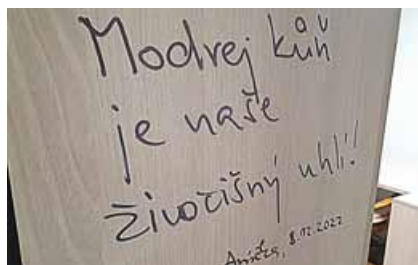




Proč všude vidím modrého koně?

Jdu do Ledovce, vidím modrého koně. Jdu na oslavu narozenin, vidím modrého koně. Jdu do CHRCu, vidím modrého koně. Jdu na recovery konferenci, vidím modrého koně. Potkám kolegu a má na tričku modrého koně, koupím si knížku a je na ní modrý kůň... Symbol svobody, zotavení a nového přístupu k lidem s duševním onemocněním se snažíme dávat všem na oči. Za koněm Marcem, to je jeho jméno, je velký příběh, na který se v Ledovci snažíme svou prací navázat a motivovat díky němu další lidi a třeba i celé instituce k naději a odvaze ke změně. Tento rok je tomu přesně 50 let od doby, kdy byl alegorický kůň Marco vytvořen pacienty a pracovníky psychiatrické léčebny v severoitalském Terstu.

s nimi rady. Stávalo se tak, že zde byli zavření lidé povinně, třebaže to jejich stav z dnešního hlediska nevyžadoval. Léčilo se izolací, podáváním psychotropních látek, přivazováním k lůžkům, znehýbnováním, elektrošoky, ledovými koupelemi i loboto-



miemi. Lidé zavření v léčebných ústavech byli zbaveni veškerých práv a nebylo výjimkou, že zde zůstávali po zbytek života.

Postupně ale začali přibývat lékaři, kteří se systémem stávající péče o duševně nemocné nesouhlasili a odmítli nadále pokračovat v neefektivních postupech léčby. Jedním z nich byl italský psychiatr Franco Basaglia. Od začátku své psychiatrické praxe se stavěl proti všem nedůstojným metodám léčby a využívání jakýchkoliv forem izolace. Když se pak v roce 1971 stal primářem v léčebně San Giovanni v Terstu, v níž bylo tehdy umístěno téměř dvanáct set pacientů, začaly se dít věci.

Společně se svými kolegy roztočil kolo reformy psychiatrické péče a deinstitucionalizace – tedy přesunu péče o lidi s duševním onemocněním z velkých zařízení do komunitních služeb a domovů. Podařilo se mu prosadit převratný zákon, platný od 13. května 1978, který byl zásadním impulsem pro změnu v péči o pacienty s duševním onemocněním a přístupu k nim a po němž se také uzavřelo mnoho psychiatrických nemocnic po celé Itálii. Léčebna San Giovanni měla už po třech letech od nástupu Basaglia něco málo přes šest set pacientů, po sedmi letech necelých devadesát. A kůň Marco? Ten byl u toho.

Basaglia začal léčebnu otevírat pro návštěvy a kontakt s veřejností. Pozval také skupinu umělců a výtvarníků, aby dohromady s pacienty a pracovníky vytvořili společné dílo. V roce 1973 tak dokončili velkou sochu modrého koně na kolečkách, pro jehož vznik byl vzorem a inspirací skutečný kůň – svého času byl tento kůň jediný uživatel ústavu, který mohl opouštět zdi léčebny, protože měl za úkol odvázet špinavé prádlo. Byl kvůli tomu také zachráněn před smrtí na jatcích. Socha měla být představena na slavnostech San Vito v Terstu, ale byla tak vysoká, že bylo třeba vybourat kus zdi léčebny, aby mohla projet ven. Toto probourání a výjezd koně z psychiatrické léčebny v doprovodu pacientů se stal velkolepým obrazem průlomu v přístupu k lidem s duševním onemocněním.



Kopie sochy Marca Cavalla byla představena v únoru 2020 také v Plzni. Jejím hrdým autorem je Ledovec a stejně hrdě ho ukazuje všude, kde se dá, protože: „La libertà è terapeutica,“ (Svoboda je terapeutická), jak stojí dnes už na bývalé psychiatrické léčebně v San Giovanni a taky na našich ledoveckých tričkách.

Zuzana Lášková

I člověk s duševním onemocněním dokáže jasně vnímat realitu

Mýtus: Lidé s duševním onemocněním jsou mimo sebe

Představujeme další mýtus (z iniciativy Na rovinu), který přispívá ke stigmatizaci lidí se zkušeností s duševním onemocněním. To, že člověk zažije duševní onemocnění, neznamená, že je mimo realitu, a už vůbec ne naoprád. Narušení kontaktu s realitou se vyskytuje pouze u některých duševních nemocí a zpravidla se jedná o přechodný stav, např. akutní stav psychózy. Komentář k němu doplňuje Martin Fojtíček.

„Bacha, jde sem ten chřipkař!“

Chřipkař je někdo, kdo měl chřipku, možná i víckrát za život. A taky ji možná ještě někdy mít bude. Teď ji teda zrovna nemá, ale stejně. Určitě má (větší nebo menší) dispozici ji znovu mít! Možná je vyčerpaný z práce, nedaří se mu pořádně vyspat a nějaké vitamíny teď zrovna taky moc neřeší. Anebo se naopak už půl roku otužuje, pravidelně spí a hlídá si, aby měl vitamínů dost. Ale to je jedno, stejně bacha na chřipkaře!

Často při seminářích cituji z článku Larryho Davidsona v Journal of Phenomenological Psychology (Davidson et al.:

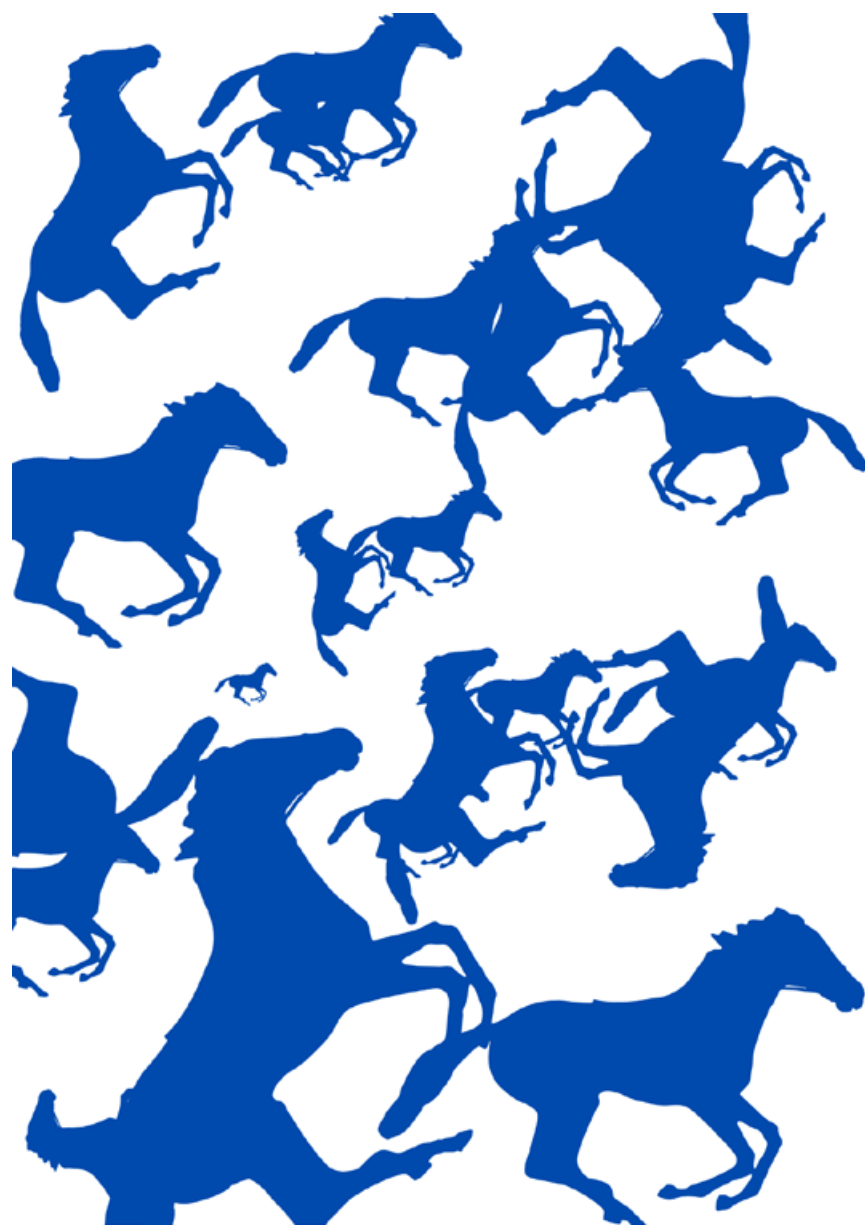
Language, Suffering and the Question of Immanence: Toward a Respectful Phenomenological Psychopathology, 2004). Píše tam, že lidé s psychózou (většinou) nejsou psychotičtí pořád. Patrně si uvědomil, že tuhle tezi je třeba připomínat, a to i ve vědeckém časopise. Jsou to totiž někdy i profesionálové, kdo na to zapomíná. A „široká veřejnost“, ta se s tím většinou taky nepáře, „přece se s ním nebudu bavit, vždyť byl v Dobřanech!“

Většina duševních onemocnění nás ale z reality nevytrhává. A některé typy onemocnění nás naopak někdy můžou i disponovat k citlivějšímu vnímání toho, co se kolem nás děje. Profesor De Wachter z Lovánské univerzity psychiatrické kliniky říká, že lidé s vlastní zkušeností s duševním onemocněním mají dnes analogickou funkci, jako měli dříve kanárci v klecích ve starých dolech: první reagují na to, když se kolem nás děje něco špatně. Máme pečlivě naslouchat tomu, co nám chtějí sdělit.

„Jejich“ realita může být totiž reálnější než ta „naše“.

Martin Fojtíček

Kolik koňů Marců napočítáš?



(správnou odpověď naleznete na poslední straně Ledovek vzhůru nohama)



Obor psychiatrie a způsob léčby lidí s duševním onemocněním má dlouhou, a ne zrovna obdivuhodnou historii. Do ústavů, které dříve připomínaly více vězení než léčebny, byly segregováni ti, kteří nějak vybočovali z „normálu“ a nevědělo se

Zveme, nabízíme, (ne)vnucujeme, těšíme se na...

Projekt Blázníš? No a! nabízí nově „PH balíček“

O co se jedná? Jde o seminář věnovaný psychohygieně, na kterém účastníci získají nejen znalosti z této oblasti, ale také se naučí, jak o sebe lépe pečovat a vyzkouší si konkrétní techniky na vlastní kůži. Témata, kterým se na semináři věnujeme, jsou např. copingové strategie, plánování, odpočinek, rozhodování, hodnoty, silné stránky apod. Samozřejmě není možné detailně probrat a vyzkoušet vše, proto vycházíme z potřeb účastníků a více se věnujeme tomu, co aktuálně potřebují ve svém životě. Tento zážitkový seminář je určený třídním kolektivům OU, SOU a SŠ a je vhodný zejména pro vyšší ročníky těchto škol. Nabízíme ho ale také kolektivům pedagogů, aby i oni o sebe uměli vzhledem ke své náročné profesi pečovat. Setkání s lektory trvá cca 6 hodin a je rozdělené do dvou bloků s pauzou na oběd. V případě zájmu kontaktujte Martinu Váňovou na telefonu +420 733 109 112, nebo pište na bna@ledovec.cz. Těšíme se na spolupráci!

Pokud byste nám k těm našim narozeninám chtěli něco darovat (slavíme celoročně), tak jednoduše tu:



QR Platba

Z celého ledoveckého srdce vám děkujeme za podporu.



Kontakty

www.ledovec.cz
www.koledovec.cz
www.zotaveni.cz
www.pacirkus.cz
www.pomocnaskola.cz
www.gardengang.cz
www.facebook.com/ledovec

Ledovky

Redakce: Ledovec
 Tetris: Hynek Votýpka
 duben 2023, číslo 16, náklad 500 ks

Chcete nám do dalšího čísla přispět i Vy?
 Napište nám na ledovec@ledovec.cz
 nebo zavolejte na +420 605 791 357

EVROPSKÝ DEN SOUSEDŮ

Dorazte v pátek 26. května na sousedskou večeri do Karoliny Světlé 13, na naše Dny Světlé. Od 18 hodin jídlo a pití, živá hudba k tomu.

Dny pro duševní zdraví v Plzni 2023

9.-13. října 2023 se v Plzni uskuteční Dny pro duševní zdraví, kulturně-vzdělávací pásmo setkání profesionálů a široké veřejnosti, diskusí, koncertů, filmu i divadla, které informuje o nejrůznějších aspektech duševního zdraví, prevenci i konkrétních službách péče pro lidi s duševním onemocněním.

Podrobný program bude včas zveřejněn.

Svépomocná skupina Rokycany

Přijměte pozvání do svépomocné skupiny pro lidi se zkušeností s duševním onemocněním, která se schází v Rokycanech. Skupina nabízí bezpečný prostor pro sdílení, naslouchání a vzájemnou podporu. Následující setkání se uskuteční 9. května, 22. května, **vždy od 16 hodin na adrese Jiráskova 481** (v prostorách Farního sboru ČCE vedle Komerční banky).

Svépomocná skupina Domažlice

Svépomocná skupina pro lidi se zkušeností s duševním onemocněním se schází také v Domažlicích (**Komunitní centrum Pivovar Domažlice, Pivovarská 10**). Do skupiny můžete přijít sudé úterky v čase od 15 do 17 hodin. Termíny nejbližších setkání jsou 16. května, 30. května, 13. června a 27. června.

Rodičovská skupina v Plzni a Klatovech

Jste rodičem nebo blízkým člověka se zkušeností s duševním onemocněním? Nevíte, jak o tom v rodině mluvit? Chybí vám informace? Máte někdy pocit, že jste v tom úplně sami?

Přijďte na rodičovskou skupinu, která se schází každé první pondělí v měsíci od 17 hodin v Plzni (v CHRCu, Boženy Němcové 30, pro více informací pište Lence Pavlovové (lenka.pavlovova@pvl.cz) nebo rodičovské skupiny, která se schází dle domluvy v Klatovech (v Centru duševního zdraví Klatovy, pro více informací pište na cdzklatovy@ledovec.cz).

Nabídka práce v Ledovci

Do našeho rozvíjejícího se plzeňského týmu aktuálně hledáme nové kolegy na pozice:

- sociální pracovník
- sociální pracovník s ČJ/UKR
- všeobecná sestra.

Nabízíme profesionální tvůrčí, zodpovědnou a smysluplnou práci v multidisciplinárním týmu, odpovídající finanční ohodnocení, zaměstnanecké benefity (25 dní dovolené, indispoziční volno a další). Pro bližší informace prosím kontaktujte **Martinu Podlipnou (+420 737 957 711, martina.podlipna@ledovec.cz)**.

Svatojakubské pouťové veselí

30. července 2023 nás čeká každoroční stálice Svatojakubské pouťové veselí na zahradě ledecké fary. **Zábava, stánky, hudba a pivo budou.**



Oslava svátku sv. Dymny

Zveme vás v neděli 14. května 2023 na Ledovec v Ledcích u Plzně. V 15 hodin zde začíná historicky první oslava svátku Svaté Dymny, v Čechách ne zcela známé patronky komunitní psychiatrie.

Na programu:

- MUDr. Igor Průša: Krátká procházka dějinami psychiatrie
- Mgr. Martin Fojtíček: Život a odkaz sv. Dymny
- komentovaná prohlídka stavby „kaple“ Sv. Dymny
- představení projektu obrazu sv. Dymny pro kostel Sv. Jakuba
- v 17 hodin koncert Michala Pustaye

STEJNÁ ŠANCE

zaměstnavatel roku 2023

Soutěž Stejná šance – zaměstnavatele roku 2023 ocení firmy, které na otevřeném trhu práce zaměstnávají lidi se zdravotním znevýhodněním

1. března 2023 odstartoval 10. ročník soutěže Stejná šance – zaměstnavatel roku, jejímž hlavním pořadatelem je pražská organizace Rytmus – od klienta k občanovi. V Plzni je jejím spoluvyhlašovatelem Ledovec, který akci pořádá pod záštitou hejtmana Rudolfa Špotáka. Soutěže se mohou zúčastnit firmy na otevřeném trhu práce, kterým není lhotejná společenská odpovědnost a lidem se zdravotním znevýhodněním dávají šanci stát se součástí běžného pracovního kolektivu. 31. května proběhne v Plzni slavnostní vyhlášení a ocenění vítěze soutěže. Více na www.stejnasance.cz.

Hledáme malé byty pro uživatele Housing First

Náš tým Housing First pomáhá lidem v těžké životní situaci nalézt dlouhodobé standardní bydlení a hlavně místo, kterému budou moci říkat „doma“. Kromě bytů, které pro službu poskytuje město Plzeň, sháníme také malé byty od soukromých pronajímatelů. Za pronájem bytu nabízíme: dlouhodobého nájemníka, pojištění odpovědnosti nájemníka, finanční záruky, asistence či zprostředkování komunikace s nájemníkem. Pro více informací napište na mail hf@ledovec.cz.

Nabídka akreditovaných kurzů Ledovce

Ledovecká Pomocná škola nabízí akreditované kurzy v oblasti pomáhání: Destigmatizace začíná v mé hlavě, Rozhovor jako klíč profesionálního pomáhání, Jazyk profesionálního pomáhání, Welcoming (jako podstatná dimenze služby), Kurz osobních a profesních kompetencí pro zdravotní sestry, Musikoterapie v procesu zotavení z duševního onemocnění a Trivium lidského pomáhání. Více k jednotlivým kurzům naleznete na pomocnaskola.cz.