

## Seniorská akademie

V roce 2014 spustilo Statutární město Frýdek-Místek projekt Seniorská akademie, se kterým spolupracují integrované bezpečnostní složky a jiné organizace.

Městská policie Frýdek-Místek, Policie ČR, Hasičský záchranný sbor, Celní správa, Sdružení ochrany spotřebitelů, Probační a mediační služba, Technické služby, a další.

Cílem projektu je zvýšit pocit bezpečí frýdecko-místeckých seniorů a znesnadnit možnost páchaní trestné činnosti na těchto osobách. Dalším cílem projektu je komplexní přístup v komunitě postavený na spolupráci obce, Policie ČR a dalších subjektů.

Česká republika každým rokem zaznamenává případy trestné činnosti spáchaných na seniorech. Město Frýdek-Místek není výjimkou. Tato trestná činnost se stává organizovanou a zvyšuje se i agresivita pachatelů. Kromě trestné činnosti se stále více seniorů stává obětí nemravného a neetického jednání, při kterém pachatelé zneužívají přirozených handicapů stáří. Bezpečný senior rovná se aktivní a informovaný senior. Aktivita a informovanost je klíčem k bezpečnému stárnutí. Jestliže vytvoříme seniorům prostor pro aktivní život seniorů a vyplníme jej odpovídajícími formáty pro příjem a zpracování informací, je to ten nejlepší základ pro bezpečný život.



Městská policie se snaží již řadu let informovat seniory na pořádaných besedách o různých nástrahách, které na ně mohou být páchané. Ale i tak se stále setkává s novými nápady jednotlivých „koumáků“ jak přelstít bezbranného seniora. I jiné subjekty, například Policie ČR, odbor sociálních služeb, neziskové organizace

a další poskytují seniorům informace formou besed.

Vzhledem tomu, že stále roste poptávka ze strany seniorů po aktivitách spojených z bezpečností seniorů, rozhodla se Městská policie realizovat Seniorskou Akademii, kde se oslovené organizace budou pravidelně podílet na předávání informací seniorům. Informace z těchto přednášek, Vám budeme poskytovat v deníku Seniorská akademie. První vydání tiskneme v prosinci 2014 a najdete v něm informace z dvanácti přednášek, kde se Vám představili: Městská Policie FM, Policie České republiky, Český červený kříž, Probační a mediační služba, Centrum nové naděje, Česká obchodní inspekce, Sdružení ochrany spotřebitelů, lektor Mgr.



Vlastimil Starzyk - „Šmejdi“, Kontaktní a poradenské centrum Renarkon, Nutriční terapeutka - Veronika Novotná, DiS., Mgr. Štěpán Klen - hlavní vyjednávající MSK, Český jazyk a jeho negativní vývoj v dnešní době - Mgr. Drahomíra Jurtíková.

## MĚSTSKÁ POLICIE FRÝDEK-MÍSTEK

- přispívá k ochraně a bezpečnosti osob a majetku,
- dohlíží na dodržování pravidel občanského soužití,
- dohlíží na dodržování obecně závazných vyhlášek a nařízení města,
- podílí se v rozsahu stanoveném tímto nebo zvláštním zákonem na dohledu na bezpečnost a plynulost provozu na pozemních komunikacích,
- podílí se na dodržování právních předpisů o ochraně veřejného pořádku a v rozsahu svých povinností a oprávnění opatření k jeho obnovení,
- podílí se na prevenci kriminality ve městě, (tábor, dopravní výchova, besedy s dětmi v MŠ, ZŠ SŠ, Senior-ská akademie, Asistent prevence kriminality, Forezní značení syntetickou DNA a další)
- provádí dohled nad dodržováním čistoty na veřejných prostranstvích,
- odhaluje přestupky a jiné správní delikty, jejichž projednávání je v působnosti města.

### Informace pro uchazeče o práci strážníka

Podmínky přijetí jsou dány zákonem č.553/1991 Sb., o obecní policii.

Strážníkem může být občan České republiky, který

- je bezúhonný,
- je spolehlivý,
- je starší 21 let,
- je zdravotně způsobilý,
- dosáhl středního vzdělání s maturitní zkouškou

Vzhledem k tomu, že žádný zákon nezahrnuje definici pojmu „veřejný pořádek“, v obecném slova smyslu lze pod tento pojem podřadit souhrn pravidel chování na veřejnosti, pravidel stanovených zákony, obecně závaznými vyhláškami obcí, ale také zvyklostmi v daném místě a čase.

Pod pojem „místní záležitosti veřejného pořádku“ je možno zařadit vše, co je v působnosti obce a je vyžadováno, aby ve veřejném zájmu bylo dodržováno. Současná zákonná úprava umožňuje, aby městská policie plnila stanovené úkoly i na území jiných obcí na základě veřejnoprávní smlouvy uzavřené mezi těmito obcemi, popřípadě mezi starosty těchto obcí při vyhlášení krizového stavu.

Městská policie Frýdek-Místek sídlí na ulici  
třída T.G.Masaryka 633, Frýdek-Místek, 73801



Domovenka strážníka

Telefonní linka 156 je bezplatnou linkou  
tísňového volání Městské policie.

## POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY

Policie České republiky je jednotný ozbrojený bezpečnostní sbor zřízený zákonem České národní rady ze dne 21. června 1991. Slouží veřejnosti. Jejím úkolem je chránit bezpečnost osob a majetku, chránit veřejný pořádek a předcházet trestné činnosti. Plní rovněž úkoly podle trestního řádu a další úkoly na úseku vnitřního pořádku a bezpečnosti svěřené jí zákony, předpisy Evropských společenství a mezinárodními smlouvami, které jsou součástí právního řádu České republiky.

Policie České republiky je podřízena ministerstvu vnitra. Tvoří ji policejní prezidium, útvary s celostátní působností, krajská ředitelství policie a útvary zřízené v rámci krajských ředitelství policie. Jejich územní obvody se shodují s územními obvody 14 krajů České republiky.

Právní poměry a služební vztahy příslušníků Policie České republiky upravuje zákon o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů. Policisté jsou ve služebním poměru k České republice. Do služebního poměru může být přijat státní občan České republiky, který je starší 18 let, je bezáhonný, splňuje stupeň vzdělání stanovený pro služební místo, na které má být ustanoven, a je zdravotně, osobnostně a fyzicky způsobilý k výkonu služby.

Policista nesmí být členem politické strany nebo politického hnutí a nesmí vykonávat živnostenskou nebo jinou výdělečnou činnost. Policie České republiky si ověřuje, zda žadatel splňuje podmínky přijetí do služebního poměru v průběhu přijímacího řízení. Jeho součástí je komplexní zdravotní prohlídka, psychologické vyšetření a prověrka tělesné zdatnosti. Přijetí do služebního poměru nelze odepřít z důvodu věku, rasy, barvy pleti, pohlaví, sexuální orientace, víry a náboženství, politického nebo jiného smýšlení, národnosti, etnického nebo sociálního původu, majetku, rodu, manželského nebo rodinného stavu. V den nástupu k výkonu služby policista skládá služební slib.

Policie České republiky  
Obvodní oddělení  
Hlavní 110  
738 02 Frýdek-Místek



Rukávkový znak

Telefonní linka 158 je bezplatnou linkou tísňového volání Policie České republiky.

Seniorská akademie 16. 9. 2014

## ČESKÝ ČERVENÝ KŘÍŽ, oblastní spolek

1. máje 2318, Frýdek-Místek

Lektorka: Lenka Stanovská

### Vyúka první pomoci

Vyúka byla zaměřena na laickou první pomoc, tedy poskytování první pomoci s minimálním počtem pomůcek, případně jen holýma rukama, ale učili jsme se používat i pomůcky, které naleznete v domácnosti.

Mnoho úkonů jsme si vyzkoušeli i prakticky:

- obvazování, manipulaci s poraněnými, resuscitaci.

Obsahem kurzu bylo praktické zvládnutí poskytování první pomoci při život ohrožujících stavech, ale i při běžných úrazech, jako jsou popáleniny, zlomeniny, rány:

- resuscitace,

- tepenné krvácení, žilní krvácení,

Šokový stav

- pneumotorax (poranění plicy uzavřené a otevřené)

Zlomeniny

- interní stavy (mozková příhoda, infarkt, epilepsie, tetanie)

- obvazová technika pomocí šátku

Senioři, kteří se v tento den zúčastnili akademie, byli velmi spokojeni s vyúkou první pomoci. K odlehčení dne si senioři nakonec ukázali obvazovou techniku, kde se velmi pobavili vlastním uměním vázat obvazy.



## PROBAČNÍ A MEDIAČNÍ SLUŽBA

### Poslání a cíle Probační a mediační služby

Probační a mediační služba usiluje o zprostředkování účinného a společensky prospěšného řešení konfliktů spojených s trestnou činností a současně organizuje a zajišťuje efektivní a důstojný výkon alternativních trestů a opatření s důrazem na zájmy poškozených, ochranu komunity a prevenci kriminality.

Probační a mediační služba ČR představuje novou instituci na poli trestní politiky, vychází ze součinnosti dvou profesí – sociální práce a práva, zejména trestního. Vyváženým propojením obou se vytváří nová multi-disciplinární profese v systému trestní justice.

### Cíle činnosti PMS

Integrace pachatele – Probační a mediační služba usiluje o začlenění obviněného resp. pachatele do života společnosti bez dalšího porušování zákonů. Integrace je proces, který směřuje k obnovení respektu obviněného k právnímu stavu společnosti, jeho uplatnění a seberealizaci.

Participace poškozeného – Probační a mediační služba se snaží o zapojení poškozeného do „procesu“ vlastního odškodnění, o obnovení jeho pocitu bezpečí, integrity a důvěry ve spravedlnost.

Ochrana společnosti – Probační a mediační služba přispívá k ochraně společnosti účinným řešením konfliktů a rizikových stavů spojených s trestním řízením a efektivním zajištěním realizace uložených alternativních trestů a opatření.

Oběti trestných činů se mohou kterýkoliv pracovní den obracet na příslušná střediska Probační a mediační služby, která působí ve všech soudních okresech České republiky. Celkem se jedná o 74 středisek a 4 pobočky.

**Poskytnuté služby jsou bezplatné!**

Kontakt:

Politických obětí 128

73801

Frýdek-Místek, Místek

tel: +420 558 405 122

### mediace

Mimosoudní jednání řízené prostředníkem, mediátorem, za účelem řešení sporu mezi obviněným a poškozeným. Činnost směřující k urovnání konfliktního stavu vykonávaná v souvislosti s trestním řízením. Mediace lze provádět jen s výslovným souhlasem obviněného a poškozeného. (§2, odst.2, z.č. 257/2000 Sb.)

### probace

Organizování a vykonávání dohledu nad obviněným, kontrola výkonu trestů nespojených s odnětím svobody, včetně uložených povinností a omezení, sledování chování odsouzeného ve zkušební době podmíněného propuštění z výkonu trestu odnětí svobody, dále individuální pomoc obviněnému a působení na něj, aby vedl řádný život, vyhověl soudem nebo státním zástupcem uloženým podmínkám, a tím došlo k obnově narušených právních i společenských vztahů. (§2., odst.1., z.č. 257/2000 Sb.)



Seniorská akademie 30.9.2014 - Mgr. Marie Cieslarová

## CENTRUM NOVÉ NADĚJE

občanské sdružení

Naším posláním je realizace dvou činností: poradenství a vzdělávání. Poradenství nabízíme všem občanům, kteří aktivně vyhledávají odpovědi na otázky spojené s jejich osobní situací (ať jsou to sociálně-právní oblasti nebo ryze osobní a rodinná témata).

Vzdělávání nabízíme pracovníkům pomáhajících profesí neboť víme, že kromě toho, že musí umět dávat (svým žákům, uživatelům, klientům...), tak musí umět i brát (smysl, postoje, informace...). Naše vzdělávání podporuje jejich osobní rozvoj.

### Poslání Občanské poradny

Posláním Občanské poradny je poskytovat rady, informace a další pomoc všem lidem, kteří jsou v nepříznivé sociální situaci, nebo jim taková situace hrozí, neznají svá práva a povinnosti, dostupné služby nebo nejsou schopni vyjádřit své potřeby a hájit své oprávněné zájmy.

### Cíle Občanské poradny

Hlavním cílem Občanské poradny při Centru nové naděje je zachovávání a rozvoj nízkoprahového odborného sociálního poradenství pro klienty v tíživé sociální situaci.

Cílem občanské poradny je umožnit lidem, kteří se dostali do nepříznivé životní situace, řešit ji prostřednictvím bezplatných, nestranných, nezávislých a diskrétních informací, rad a případné další pomoci. Podílet se na činnosti Asociace občanských poraden a společně upozorňovat příslušné státní a místní orgány na nedostatky legislativy a na neřešené problémy občanů ve snaze ovlivnit vývoj politiky a sociálních služeb. Komunitní rozvoj a podpora rozvoje občanské společnosti v regionu.

Možnosti poskytování služby (intervence) ambulantně na pracovišti Občanské poradny, Palackého 129, Frýdek-Místek, v prostorách k tomu účelu vhodně vybavených v době návštěvních hodin poradny,

- v rámci telefonického poradenského rozhovoru,
- v rámci písemné odpovědi na dopis doručený na adresu OP,
- v rámci písemné odpovědi na e-mail doručený na adresu OP.

### Cílová skupina OP

Všechny osoby, které se ocitly v nepříznivé sociální situaci, nebo jim taková situace hrozí.

### Centrum pro rodinu

Posláním Centra pro rodinu je podpora rodin s dětmi při řešení jejich nepříznivé, krizové či tíživé situace. Prostřednictvím odborného sociálního poradenství a sociálně terapeutické činnosti budeme podporovat rodiny ve schopnosti udržet jejich funkčnost a řešit rodinné, vztahové, osobní problémy, které se týkají rodiny.

### Cíle Centra pro rodinu

Hlavním cílem Centra pro rodinu je udržení a rozvoj odborného sociálního poradenství zaměřeného na rozvodovou a porozvodovou situaci a podporu uspořádání vztahů v rodinách. Podporovat rodiny ve schopnosti udržet jejich funkčnost a řešit rodinné, vztahové, osobní problémy.

Být integrující regionální službou, na kterou se bude laická i odborná veřejnost přirozeně obracet v otázkách souvisejících s intervencí, poradestvím, informacemi a terapií v oblasti odborného sociálního poradenství a rodinných terapeutických služeb.

### Charakteristika služby Centrum pro rodinu

Poskytujeme zdarma odborné sociální poradeství dle § 37, odst. 4 zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. Poradenství pak zahrnuje následující činnosti:

- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím,
- sociálně terapeutické činnosti,
- pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.

### Cílová skupina

Rodiče a zákonní zástupci, děti, prarodiče nebo kdokoli, kdo se potýká s nepříznivou, tíživou nebo krizovou situací týkající se:

- rodinných vztahů (vztahy partnerské, vztahy rodič-dítě, vztahy sourozenecké, vztahy mezigenerační)
- situace před rozvodem (s ní související otázky ohledně výchovy a výživy dětí a manželů)
- rozvodové problematiky (období v průběhu rozvodu a po rozvodu a s ním spojené otázky týkající se výchovy, výživy dětí a manželů)
- obtížné výchovy dětí (záškoláctví, šikana, drogová závislost, ADHD, školní neprospěch)
- Všechny osob nacházející se v nepříznivé, tíživé či krizové rodinné situaci.

Osoby se zrakovým postižením většinou doprovází osobní asistent, se kterým může sociální pracovník taktéž komunikovat, bude-li to potřeba.

Osoby se sluchovým handicapem se mohou domluvit pomocí piktogramu, na kterém je znázorněn telefon a napsáno tlumočnick. V takovém případě se pracovník poradny obrátí se na Centrum pro zprostředkování tlumočnicků pro neslyšící a domluvíme další schůzku s klientem za přítomnosti tlumočnicka. Tento postup je se sluchově postiženou osobou domluven prostřednictvím psaného textu.

## ČESKÁ OBCHODNÍ INSPEKCE

Česká obchodní inspekce (ČOI) je orgánem státní správy podřízeným Ministerstvu průmyslu a obchodu ČR. Ústředního ředitele ČOI jmenuje ministr průmyslu a obchodu. ČOI byla ustanovena zákonem č. 64/1986 Sb., o České obchodní inspekci. Je nástupnickou organizací někdejší Státní obchodní inspekce.

Člení se na ústřední inspektorát a jemu podřízené inspektoráty se sídly v krajských městech.

Česká obchodní inspekce kontroluje a dozoruje právnické a fyzické osoby prodávající nebo dodávající výrobky a zboží na vnitřní trh, poskytující služby nebo vyvíjející jinou podobnou činnost na vnitřním trhu, poskytující spotřebitelský úvěr nebo provozující tržiště (tržnice), pokud podle zvláštních právních předpisů nevykonává tento dozor jiný správní úřad.

Česká obchodní inspekce kontroluje:

- dodržování podmínek stanovených k zabezpečení jakosti zboží nebo výrobků (kromě potravin) včetně jejich zdravotní nezávadnosti, podmínek pro skladování a dopravu;
- zda se při prodeji zboží používají ověřená měřidla (pokud ověření podléhají), a zda používaná měřidla odpovídají příslušným předpisům, technickým normám či patřičnému schválení;
- dodržování podmínek stanovených právními a jinými příslušnými předpisy pro poskytování určitých služeb a provozování některých specifických činností;
- zda při uvádění výrobků na trh byly tyto výrobky opatřeny náležitým povinným označením, popřípadě zda k nim byl vydán či přiložen předepsaný certifikát, zda vlastnosti stanovených výrobků uvedených na trh odpovídají příslušným technickým požadavkům a podobně;
- zda výrobky uváděné na trh jsou bezpečné;
- zda jsou při sjednávání spotřebitelského úvěru dodržovány povinnosti stanovené právními předpisy (pokud dozor v daném případě nevykonává Česká národní banka).

Sankce:

Za porušení uvedených zákonů může Česká obchodní inspekce v některých případech uložit kontrolovanému subjektu pokutu až do výše 50 milionů Kč. Za méně závažná porušení zákona mohou inspektoři ČOI uložit příkazem na místě kontrolované osobě blokovou pokutu do 5000 Kč, a to i fyzickým osobám prodávajícím produkty z vlastní drobné chovatelské či pěstitelské činnosti anebo lesní plodiny.

Kromě finančních sankcí uplatňuje ČOI i zákazy prodeje výrobků, resp. zákazy uvádění výrobků na trh, a to v případě, že tyto neodpovídají požadavkům právních předpisů.

Česká obchodní inspekce NEKONTROLUJE kvalitu potravin, pokrmů a tabákových výrobků. Těmito produkty a službami se ČOI zabývá pouze z hlediska poctivosti jejich prodeje (jako je správné účtování ceny a pod.). Dozor nad kvalitou potravinářských výrobků vykonává Státní zemědělská a potravinářská inspekce.

Dozor nad zdravotní nezávadností potravin živočišného původu, nad ochranou našeho území před možným zavlečením nebezpečných nákaz nebo jejich nositelů vykonává Státní veterinární správa České republiky.

Státní zdravotní dozor nad dodržováním zákazů a plněním povinností stanovených zákony a předpisy o ochraně veřejného zdraví, včetně ochrany zdraví při práci, vykonávají orgány ochrany veřejného zdraví.

Česká obchodní inspekce poskytuje občanům informační a poradenské služby, a to v obvyklých pracovních dnech na každém z jejích pracovišť.

Poradenská a informační služba Ostrava:

Česká obchodní inspekce

Provozní 5491/1

722 00 Ostrava – Třebovice

Telefon: +420 554 818 225

V pracovních dnech 07:30–11:30 a 12:30–16:00 hod.

## PORADENSTVÍ SDRUŽENÍ OBRANY SPOTŘEBITELŮ MORAVY A SLEZSKA, z.s.

Lektor: Marcela Reichelová  
Tel. 602 722 584  
Email: reichelova@sos-msk.cz

PORADNA FRÝDEK-MÍSTEK  
Křížový podchod  
738 01 Frýdek-Místek  
kancelář Senior Pointu vedle Městské Policie FM  
Tel. +420 595 170 999, 723 692 166

otevřeno: stř: 12.00 – 16.00 hodin – každá čtvrtá  
středa v měsíci

Email: [poradna@sos-msk.cz](mailto:poradna@sos-msk.cz)  
<http://www.sos-msk.cz/>  
<http://www.neotvirejte.cz/>

### Komu je poradenství SOS MaS, z.s. určeno:

Spotřebitelům – občanům, kteří při uzavírání a plnění smluv nejednají v rámci své obchodní nebo jiné podnikatelské činnosti. SOS MaS, z.s. poskytuje základní informace o reklamačním řízení, o délce záruční doby, lhůtě k vyřízení reklamace nebo podmínkách odstoupení od kupní smlouvy.

### Jak SOS MaS, z.s. pomáhá:

SOS MaS, z.s. poskytuje rady podle Zákona na ochranu spotřebitele, Občanského zákoníku a dalších, jak má spotřebitel postupovat. Umožňuje spotřebitelům konzultovat spotřebitelské smlouvy – jsou to smlouvy kupní, smlouvy o dílo, případně jiné smlouvy, pokud smluvními stranami jsou na jedné straně spotřebitel a na druhé straně dodavatel. Dodavatelem je osoba, která při uzavírání a plnění smlouvy jedná v rámci své obchodní nebo jiné podnikatelské činnosti. Rady mají formu doporučení, konečné rozhodnutí a postup je vždy na spotřebiteli! SOS MaS, z.s. z pozice neziskové organizace, která nedisponuje autoritativními pravomocemi, klienta nezastupuje.

### Podmínky poradenství SOS MaS, z.s.:

Základní poradenství v délce 15 minut je klientům poradny poskytováno zdarma.

Nadstandardní služby – např. vypracování dopisů, vyhledávání informací atd. a další výlohy, jako telefonické spojení, kopírování, poštovné jsou za poplatek.

### Pro podnikatele:

SOS MaS, z.s. pořádá pro zájemce z řad podnikatelů a úřadů odborné semináře pro pracovníky jejich provozoven. Semináře jsou určeny pro pracovníky zodpovědné za vyřizování reklamací, pracovníkům městských, obecních a živnostenských úřadů, pracovníkům callcenter i samotným podnikatelům. Bližší informace na stránce Odborné semináře Sdružení obrany spotřebitelů Moravy a Slezska, z.s. připravilo pro podnikatele a firmy novou službu, v rámci které bude zájemcům poskytnuto právní poradenství při vytvoření nových obchodních podmínek, případně kontrola stávajících obchodních podmínek.

První hodina byla věnována představení S.O.S., vznik v roce 1993 Ing. Škutou a jeho neteří. V roce 2011 se sdružení přejmenovalo na současný název. Sdružení je k dispozici, jak v poradenství, tak v besedách, letáčcích, dále spolupracuje s jinými organizacemi a taky navštěvuje různé výstavy.

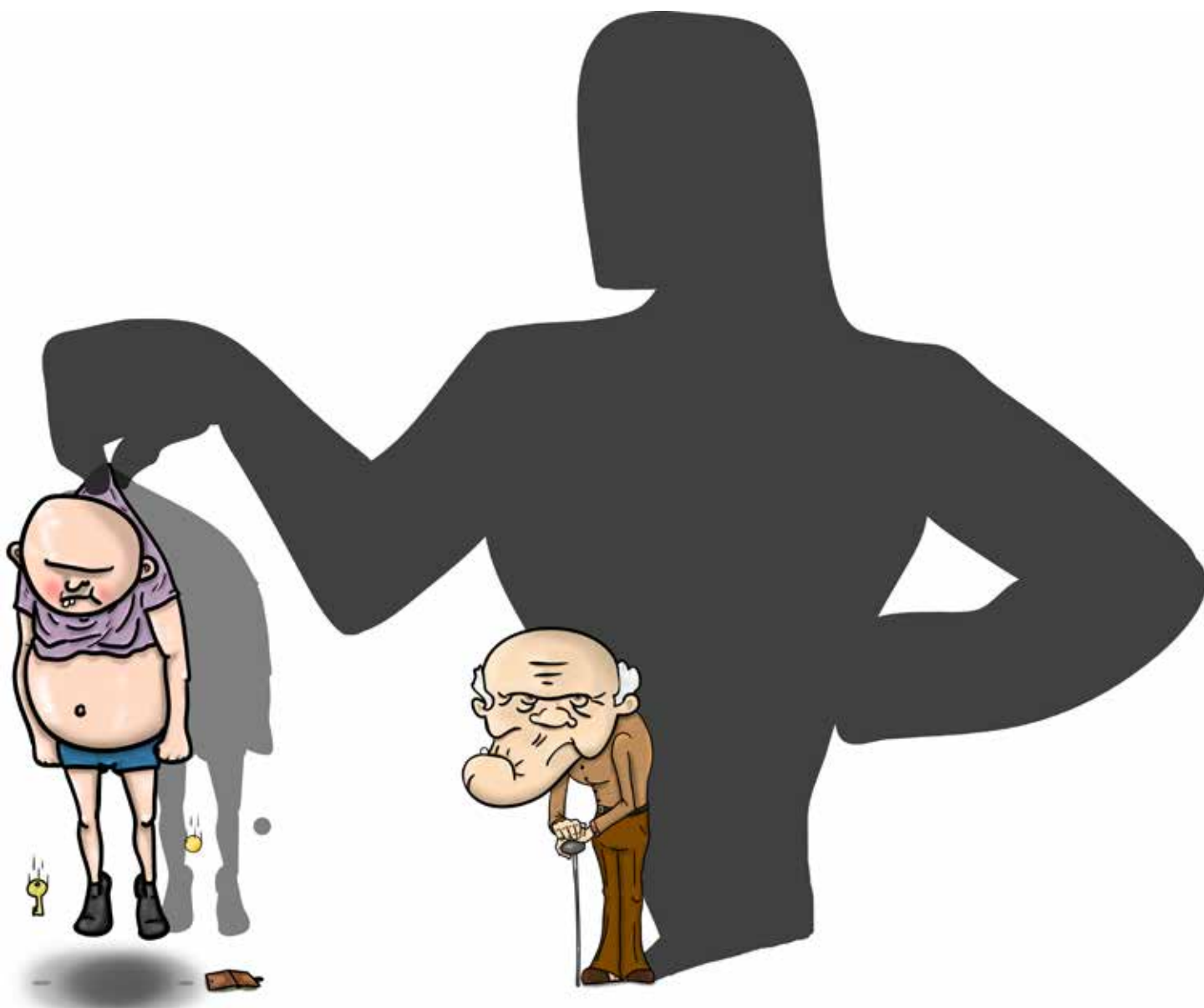
S.O.S. je nezisková organizace, která svůj příjem získává z různých dotací. Řídí se zákonem na ochranu spotřebitelů a občanským zákoníkem. Podvodné finty pro spotřebitele: telefonicky; kontaktem s člověkem na ulici, kdy byl první kontakt s informací o spotřebě žárovek a nakonec se z toho stala předváděcí akce. Veselice na vesnici, se může rovnat předváděcí akcí. Na předváděcích akcích se může vyskytnout i senior z řady prodejců.



## ŠMEJDI

lektor Mgr. Vlastimil Starzyk, Policie ČR

Při svých preventivních aktivitách používají policisté různé pomůcky. Mezi ně se řadí i film „Šmejdi“, na který právě Policie České republiky získala autorská práva. Film tak může bezplatně promítat v kinech, seniorských klubech nebo při besedách. Snímek se zabývá problematikou podvodů páchaných na seniorech, a to zejména při předváděcích akcích. Protože ve valné většině jsou to právě oni, kteří se stanou obětí manipulace a zvrácených obchodních praktik „šmejdů“. Ti se neštítí obrát seniора o celé úspory, nebo jej „výhodnými“ nabídkami přivést do dluhové pasti. Promítání filmu spojené s výkladem policisty se těší velkému úspěchu. Ta nejzranitelnější část naší populace, čili senioři, citlivě vnímají obsah filmu a slova policisty s preventivní tematikou o to více ulpí v paměti důchodců. Vedle besed a promítání ve zmíněných klubech seniorů, je tento film například součástí prezentace Policie České republiky při přednáškách v rámci „Seniorské akademie“, kterou realizuje Městská policie Frýdek-Místek pod záštitou Magistrátu města Frýdek-Místek.



## RENARKON

### POSLÁNÍ

Posláním Kontaktního a poradenského centra Frýdek-Místek je snižování zdravotních a sociálních rizik spojených s užíváním nealkoholových drog a snaha o celkové zlepšení kvality života klientů a jejich blízkých, a to po zdravotní, sociální a psychické stránce a ochrana veřejnosti před negativními dopady spojenými s jejich užíváním. Svými aktivitami usilujeme o motivaci uživatelů nealkoholových drog směrem k zodpovědnějšímu chování vůči sobě a svému okolí. Snažíme se, aby se klienti neizolovali, aby udržovali a navazovali sociální vztahy, dále jim pomáháme řešit jejich konkrétní individuální problémy a podporujeme a motivujeme je ke změně jejich životního stylu a zlepšení kvality jejich života. Svými aktivitami usilujeme o motivaci uživatelů nealkoholových drog směrem k zodpovědnějšímu chování vůči sobě a svému okolí.

### CÍLE SLUŽBY

Cíle služby vycházejí z přístupů snižování rizik, ochrany veřejného zdraví, nízkoprahového přístupu a potřeb cílové populace, vnitřním cílem služby je pomoc lidem ohroženým drogovou závislostí a jejich blízkým. Jedná se o minimalizaci škod způsobených užíváním nealkoholových drog a zlepšení zdravotního, sociálního a psychického stavu klientů. Vnější cílem služby je snížení možnosti ohrožení široké populace infekčními nemocemi jako jsou hepatitidy a HIV/AIDS.

#### Jednotlivé cíle:

- Minimalizace rizik spojených s užíváním drog, zlepšení zdravotního, sociálního a psychického stavu klientů, předcházení sociálnímu vyloučení klientů.
- Zvýšení informovanosti uživatelů drog o rizicích spojených s jejich užíváním a naučení je zásadám jejich bezpečnější aplikace a bezpečnějšího sexu.
- Snížení rizika šíření infekčních onemocnění pro obyvatele, kteří nejsou uživateli drog a předcházení kriminalitě.
- Motivace klientů ke změně životního stylu, k ukončení či snížení užívání drog a k začlenění se do společnosti a jejich navázání do sítě sociálních, zdravotních a dalších služeb.

- Rozvoj klientovy osobnosti, soběstačnosti, jeho dovedností a schopností a ukončení či snížení jeho užívání drog.

- Psychosociální pomoc a stabilizace blízkých osob klientů a jejich ochrana před dopady užívání drog.

- Snížení rizika šíření infekčních nemocí pro obyvatele, kteří nejsou uživateli drog, předcházení kriminalitě a úspora veřejných prostředků.

### KOMU JE CENTRUM URČENO

Lidem, kteří užívají nealkoholové drogy, experimentátorům, pravidelným uživatelům a závislým na těchto drogách od 15 let věku, dále pak jejich rodinným příslušníkům, partnerům a dalším blízkým osobám.

### POSKYTOVANÉ SLUŽBY

Výměnný program – výměna použitých injekčních setů za čisté, k tomu vody, dezinfekce, filtry, kondomy, kapsle, vitamíny, kyselina nebo kontejnery na použité injekční sety.

Poradenství – pomoc a podpora uživatelům drog a jejich blízkým. Můžeme jim pomoci, pokud se rozhodnou přestat s užíváním drog. Poskytujeme podpůrnou terapii, pomoc a podporu pro rodiče, partnery a jiné blízké osoby uživatelů drog, pomoc rodinám zasaženým, nebo ohroženým problémy s drogami.

Sociální práce – pomoc při vyřizování na úradech, s hledáním bydlení a zaměstnání, s vyřizováním dokladů a sociálních dávek, s řešením dluhů, trestně-právních záležitostí, nebo sepisováním odvolání na soudy, zprostředkování dalších sociálních, zdravotních a jiných veřejných služeb ...

Zdravotní servis – masti na záněty, poranění nebo péči o žíly, náplasti, obvazy, těhotenské testy, základní zdravotní ošetření menších poranění či zánětů a zprostředkování ošetření závažnějších potíží u lékaře.

Testy na žloutenky, HIV/AIDS a syfilis – zprostředkováváme bezplatné a diskrétní testy na infekční a pohlavní nemoci.

Asistenční služba – doprovod na úřady, k lékaři, na testy apod.

Krizová intervence – akutní pomoc v krizi.

Testování na přítomnost drog v těle

Kontaktní místnost – klienti u nás mohou posedět v klidném prostředí, odpočinout si a využít hygienický a potravinový servis, a to v pondělí, středu a pátek od 9 do 12 nebo od 13 do 16 hodin.

Hygienický servis – sprcha, WC, praní prádla

Potravinový servis – polévka, čaj

Informační servis – informujeme o bezpečnějším užívání drog a sexu, o možnostech nákazy, testování a léčby HIV/AIDS, žloutenek a pohlavních nemocí, o zdravotních rizicích braní drog, o sociálních, zdravotních a jiných veřejných službách atd.

Zprostředkování léčby a detoxifikace – pomoc s vyřízením pobytové léčby v kterékoliv terapeutické komunitě nebo psychiatrické léčebně, pokud se klient rozhodne s drogami přestat tímto způsobem.



Seniorská akademie 11.11.2014

## Nutriční terapeutka,

Veronika Novotná, DiS.

novotna.veronika@pkmistek.cz

Poliklinika Místek, 8. pěšího pluku 85

Na přednášce se senioři se dozvěděli o základních živinách a dvou minerálech, které ve výživě seniorů často chybí (tuky, sacharidy, bílkoviny, vápník, železo) o jejich funkcích, co hrozí při nedostatku a nadbytku, zdrojích. Také jsem zmiňovala pojem glykemický index. Pitný režim – vhodné a nevhodné nápoje, jak se projevuje nedostatek a také něco o alkoholu. Dále doporučené denní dávky pro muže a ženy, rozložení energie a zastoupení živin během dne, šablonu pro vytvoření jídelního lístku a ukázkový jídelní lístek.

Dále jsme pak probírali jednotlivé potravinové skupiny (maso, mléko a mléčné výrobky, vejce, přílohy atd.), co v nich najdeme za živiny a látky, jaké druhy vybírat a jak je upravovat. Také jak se vyznat v etiketě. Součástí bylo také mnoho videí z D - testu a Pekla na talíři. Také jsme se bavili o pohybové aktivitě.

## PČR Mgr. Štěpán Klen, hlavní vyjednávač MSK

Specializace etopedie, psychologie, pedagogika, krizová komunikace a intervence, lektor speciálních a outdoorových aktivit – vodní záchrana, teambuilding, kurzy přežití, zvládání emočně náročných a rizikových situací

- Rizikové módní trendy extrémních volnočasových aktivit dětí a mládeže

### Anotace

Přednáška je zaměřena na rozšíření znalostí rodičů, prarodičů, pěstounů, pedagogů, školních metodiků prevence, výchovných poradců či psychologů k rizikovým módním trendům extrémních volnočasových aktivit dětí a mládeže. Většina pedagogů, ale i veřejnosti neudrhuje aktuální povědomí o vývoji zájmů dětí a mládeže, kdy pedagog je v praxi velmi zaskočen tím, že děti jej neberou či jej považují za někoho, kdo jim nerozumí. U některých setrvává povědomí zábavy dětí na standardním alkoholu a cigaretách, možná ví, že výjimečně někteří jedinci malují graffiti či vykouří jointa. Jiní se už mnohem více ponoří do povědomí svěřenců, zajímají se o některé trendy, kdy mají dokonce svůj facebookový profil, který případně používají pro komunikaci se žáky/studenty. Téma však jde dále a seznamuje s dalšími velmi rizikovými zájmy, z nichž některé jsou méně či více závadné. Zmíníme i extrémy, které jsou již trestným činem, případně končí cíleně trvalým poškozením zdraví nebo přímo smrtí. Jistě znáte případ studenta, který se zranil při aktivitě známé jako planking, kdy došlo k jeho zranění. Student jako původ označil napadení neznámými útočníky, což vzbudilo masové nepokoje, od známého českého zpěváka dostal finanční dar. Co s chlapcem, přístupem jeho spolužáků a dalšími okolnostmi situace.

V rámci přednášky byly zmíněny tyto jevy: planking, parkur;

riziková videa - lekání lidí, řízené rvačky, harlem shake;

aktivity v dopravě - přelézání vagónů, jízda za soupravou tramvaje či metra; komínáři, emo styl,

rizikové aktivity se sexuálním podtextem - označování pryžovými kroužky, svlékání na internetu za účelem výdělků, olizování očních bulv, fingování znásilnění či soulože; pokusy s pyrotechnikou;

fyziologické pokusy - polykání plynu ze zapalovačů, helia; zkouška někoho unést-zabít-pozice odstřelovače;

anonymní telefonáty;

závislost na internetu/mobilním telefonu (hraní her, užívání sociálních sítí).

Zcela extrémní jsou fenomény tzv. aktivních střelců, modních sebevražd (organizovaných na internetu) a společných sebevražd (vč. zájmu nechat se zabít a sníst) apod.

Již máme možnost se setkat se zcela nepochopitelnými jevy, kterým nedokážeme přiřadit příčinu či vývoj (chlapec zabije svou rodinu kuší aj.). Jsou již zaznamenány případy, kdy děti a mládež nejsou schopny si najít kamarády, později partnery a přijmout běžný život. Mnohde je situace taková, že se rodiče starají o dospělého jedince, který není ochoten několik měsíců či let opustit svůj domov (hikikomori), ev. mu vyhovuje stav bez zodpovědnosti a závazků (freeters, neet generation). Pokud setrváme ve stavu, kdy si nebudeme rozšiřovat své obzory, budeme o to více šokováni realitou.

Odkud? V současné době z angličtiny, co se stává z našeho jazyka? Náš jazyk si ho přizpůsobí. Například z francouzštiny k nám jdou slovíčka v oblasti gastronomie.

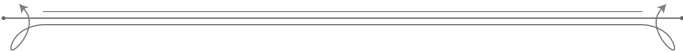
Výrazy se přenášejí, rozšiřují a obnovují.

Demokratizace – náš jazyk, působí nespisovně a časem se může stát spisovný.

Univerbizace - nákladní auto/ nákladák (vytváření jednoslovných pojmenování z víceslovných souvětí)



*Děkujeme všem seniorům, kteří se zúčastnili Seniorické akademie a přejeme vám krásné prožití svátku vánočních.*



Seniorská akademie 25.11.2014

## ČESKÝ JAZYK A VÁNOCE

Mgr. Drahomíra Jurtíková

Pohlednice na Vánoce, ano či ne?

Jaké množství v minulosti a v současnosti?

Jaké jsou formy přání o vánocích? @, sms, pohlednice-psaná forma, telefon a osobní přání.

Čeština má dvě formy – psaná a mluvená, spisovná – media, nespisovná – směs spisovných prvků a nářečí (česká a moravská nářečí/dialekt), slang (něčí jazyk- profesní, zájmová anebo něčí skupina)

– JAZYK JE STÁLE ŽIVÝ, stále se někde vyvíjí.

V jazyku se mění větná stavba, stylistika i slovník. Jak se vyvíjí nejrůznější věci, je třeba je pojmenovat a s tím se vyvíjí nová slova?