

Mít přehled

Průvodce informačními a poradenskými
službami pro mládež v ČR

NiCM

Národní informační centrum pro mládež
Na Poříčí 1035/4 • 110 00 Praha 1
telefon/fax: **221 850 860**
e-mail: **info@nicm.cz**
☎ **448508470** •  **nicm**

Bezplatné poskytování informací

- ❶ Pomůžeme Vám najít vhodnou školu...
- ❶ Poradíme se studiem v zahraničí...
- ❶ Víme, kde a jak hledat práci a brigádu...
- ❶ Provozujeme poradnu personální, právní, prvního kontaktu...
- ❶ Nasměrujeme Vás v krizových situacích k odborníkům
- ❶ Dáme Vám tipy na relaxaci a zábavu
- ❶ Předáme Vám informace o cestování, dobrovolnictví, komunikaci s úřady...

Přijďte si také!

- Pro slevové karty ISIC, ITIC a ALIVE
- Na besedy, přednášky, workshopy
- Na Internet nebo tisknout a kopírovat
- Prečíst noviny a časopisy
- Sestříhat hudbu a film
- Zakoupit vstupenky

nicm.cz
maják v moři informací



OBSAH

❑ MÍT PŘEHLED	5
❑ VZDĚLÁVÁNÍ	7
Předškolní vzdělávání	7
Základní školy	12
Střední školy	17
Vysoké školy	28
Pomaturitní nevysokoškolské studium	41
Další vzdělávání	42
Vzdělávání dospělých, rekvalifikace	56
Užitečné informace	57
❑ PRÁCE	65
Práce v ČR	65
Dobrovolnické programy	77
Rekvalifikace	78
Typy pracovních vztahů	79
Podnikání	82
Práce v zahraničí	84
Práce zprostředkovaná agenturami	93
Dobrovolnické programy v zahraničí	97
❑ CESTOVÁNÍ	101
Turismus	102
Zodpovědné cestování	115
❑ DOBROVOLNICTVÍ	120
❑ VOLNÝ ČAS	129
Léto s dětmi	129
Sportem ke zdraví	137
Festival ze všech stran	151
❑ SOCIÁLNĚ PATOLOGICKÉ JEVY	157
Bezdomovectví	158
Domácí násilí, týrání, zneužívání dětí, šikana	160
Záškoláctví	165
Drogy a jiné závislosti	167
Poruchy příjmu potravy	173
Kriminalita a delikvence	177
Prostituce	180
Diskriminace, rasismus, porušování lidských práv, extremismus	183
Sekty	186
Poradenství	188
❑ OBČAN A SPOLEČNOST	197
Lidská práva	197
Účast veřejnosti na rozhodování	201

Projektování	213
Občanská gramotnost – aneb úřady veřejné správy a jejich agenda	218
Finanční gramotnost – aneb sám sobě hospodářem	224
Bydlení	232
 ZÁVĚR	236
Příloha č. 1 – Grafické znázornění vzdělávacího systému v ČR	237
Příloha č. 2 – Přehled vysokoškolských titulů	238
Příloha č. 3 – Europass životopis	239

Tato publikace je v elektronické podobě opatřena funkčními hypertextovými odkazy. Stáhnout si ji můžete na stránkách projektu Klíče pro život (www.kliceprozivot.cz), v sekci věnované Podpoře informačního systému pro mládež.

MÍT PŘEHLED

Život se neustále zrychluje. Toto tvrzení zaslechl, použil či dokonce obhajoval alespoň jednou každý z nás. A není se co divit. Vždyť moderní dopravou se neustále zkracují vzdálenosti, komunikační přístroje na nás číhají i na lesních samotách a velmi často se to, co platilo ještě včera večer, již dneska ráno nedalo použít. To ale není vždycky špatně.

Zrychlený tep doby přináší vedle dříve netušených výhod také výzvy, které bychom rozhodně neměli nechat ležet ladem. A s nadsázkou lze říci, že jedním z těch nejcennějších „vedlejších produktů“ informačního věku je doslova raketový rozvoj potřeby, ale i možnosti celoživotního vzdělávání. Uvažovali jste někdy nad tím, že doopravdy držet krok s dobou vlastně neznamená nic jiného, než se neustále vzdělávat?

Dnešní, někdy přetechnizovaná doba přinesla jeden zajímavý požadavek. Zaměstnavatelé, zákazníci, vzdělavatelé, výrobci, stejně jako úředníci či studenti, zkrátka my všichni chceme jednat s lidmi, kteří něco vědí, jsou v obraze, a tak místo obšírného vysvětlování můžeme přistoupit přímo k věci, o kterou nám jde. Chtělo by se říci, že už znalosti a dovednosti partnerů jsou součástí dohody, na které lze stavět. Jenže jak zůstat v obraze ve světě, který nebere ohledy na počasi ani naše momentální nálady a chrlí informace rychlostí švihu kolibřích křídel?

V projektu *Klíče pro život*, který od roku 2009 realizuje Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy spolu s Národním institutem dětí a mládeže, nabízíme na výše uvedenou otázku dvě odpovědi. Abychom nezůstali „out“, ale byli stále „in“, a ještě lépe „nad“, tak se nesmíme bát vzdělávat se po celý život. Je to nejen staletými ověřená nejvýhodnější strategie, jak porozumět své době, ale především způsob, jak neustále zkvalitňovat svůj život a pomáhat jej zhodnocovat i těm, kteří jsou v našem okolí. Proto v rámci projektu připravujeme a realizujeme řadu vzdělávacích akcí a souběžně s tím se snažíme je vyhodnocovat a pojmenovat hodnoty, které tyto akce účastníkům aktuálně přinášejí v podobě rozvoje klíčových kompetencí.

Druhou slíbenou odpovědí je publikace, kterou právě čtete. Byla připravena jako pomocný nástroj pro zodpovězení základních otázek, před nimiž mladí lidé tak často stojí. Je dobře známo, že nejsložitější na odpovědi je její hledání, což je dnes o to těžší, že samotné informace si ve své nepřebornosti navzájem natolik stíní, až se může zdát, že ve tmě chybí prostá a jasná fakta. Autoři této publikace vycházeli z přesvědčení i svých zkušeností, které potvrzují, že je vždy lepší mít po ruce rádce, který má přehled o nejdůležitějších místech a lidech, kteří již dále poradí či pomohou překonat náročnou situaci a nasměrují nás k řešení jednoduchou větou.

Pokud jste pracovník informačního centra pro mládež, předkládáme Vám v sedmi kapitolách ucelený nástroj podpory Vaší práce. Poradce pro volbu povolání pra-

cující s mladými lidmi jistě ocení kapitolu věnovanou problematice *práce* v ČR i v zahraničí, školním metodikům prevence snad bude cennou pomůckou (nejen) kapitola věnovaná *sociálně patologickým jevům*. Pedagogům a všem těm, kteří pracují s dětmi a mládeží ve volném čase, nabízíme speciální rozcestník v podobě kapitoly o *volném čase*, s níž se logicky váže kapitola o *dobrovolnictví*. Toto téma se mimořádně úzce dotýká kapitoly věnované *životu občana ve společnosti*. Konečně čtenář nejmladší generace, jak doufáme, zasadí do publikace nejvíce záložek ze všech. Pokud bude k tomu nadto ještě ochoten poradit po přečtení kapitol svým kamarádkám a kamarádům například s tím, co si zvláště pohlídat při *cestování* či jaké existují možnosti *vzdělávání*, bude cíl této publikace naplněn.

Pod každou z vyjmenovaných částí textu navíc naleznete odkaz na elektronickou databázi. Je to proto, že tato publikace nemá mechanicky suplovat „telefonní seznam“ s kontakty, které by beztak byly zastaralé již v momentě vydání. Má nabídnout základní přehled a vysvětlení spolu s klíčovými a ilustrativními odkazy na organizace, služby a instituce, jež mohou poradit, pomoci – které prostě můžete využít. Pravidelně aktualizovaná verze všech relevantních míst vázaných na jednotlivé kapitoly se s ohledem na co největší použitelnost a svobodný přístup nachází pouze v elektronickém prostředí (na adrese <http://ikatalogy.nidm.cz/>).

Na závěr dovozte ještě mírné popíchnutí. Někdo by mohl po přečtení těchto řádků říci, že si moderní věk nepřál a nehodlá se na něm podílet, byť by to mělo být ušlechtilou cestou studia. Faktem ale zůstává, že vzdělání nabyté v mládí ve školní lavici, i kdyby byla univerzitní, prostě nestačí. A tudíž řečeno slovy klasika – nemusí se nám to líbit a nemusíme s tím souhlasit, ale to je tak to jediné, co s tím můžeme dělat...

Přeji Vám co nejvíce zodpovězených otázek,

Tomáš Machalík
odborný manažer projektu Klíče pro život

VZDĚLÁVÁNÍ

„Má-li člověk člověkem býti, něco uměti a rozuměti, učit se musí.“

J. A. Komenský

Vzdělávání v České republice vychází z tradic latinské vzdělanosti. Na jeho podobě se podílel jak Jan Amos Komenský, jehož jméno zná snad každý český školák, tak například císařovna Marie Terezie, která zavedla v roce 1774 povinnou školní docházku. Po druhé světové válce prodělalo české školství několik reforem, ta nejčerstvější z nich se právě připravuje.

V dnešní době má přístup ke vzdělání umožněn víceméně každý. Ne vždy je ale snadné vyznat se ve všech možnostech, které se mladému člověku nabízejí.

V kapitolách, řazených chronologicky od mateřských škol přes neformální vzdělávání až ke vzdělávání dospělých lidí, se budeme věnovat informacím o organizacích a webových portálech, které pomáhají studentům a jejich rodičům orientovat se v současných možnostech vzdělávání, nasměrovat budoucí kariéru mladého člověka nebo řešit problémy, které mohou během studia nastat.

Nedílnou součástí vzdělávání je možnost studia v cizině. Nabídku stáží a odkazy na organizace zprostředkovávající studijní pobyty v zahraničí najdete jako samostatný oddíl v kapitole o středních školách, vysokoškolskému studiu v zahraničí je pak věnována samostatná kapitola.

Samostatná kapitola je též věnována neformálnímu vzdělávání, které rozvíjí celou řadu dovedností a kompetencí mimo rámec formálního vzdělávacího kurikula.

Kapitola „vzdělání“ si neklade za cíl konkurovat odborným statím. Slouží jako rozcestník informací a užitečných odkazů pro žáky, rodiče, pedagogy a další zájemce.

PŘEDŠKOLNÍ VZDĚLÁVÁNÍ

„Všechno, co opravdu potřebuji znát, jsem se naučil v mateřské školce.“

Robert Fulghum, americký spisovatel

Předškolní vzdělávání je v České republice realizováno prostřednictvím mateřských škol, které navštěvují děti zpravidla ve věku od 3 do 6 let. Základní normou je zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, a vyhláška č. 14/2005 Sb., o předškolním vzdělávání.

S dětmi v mateřských školách pracují kvalifikované učitelky podle Rámcového vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání – <http://www.vuppraha.cz> -> v sekci *Rámcové vzdělávací programy* -> *Předškolní vzdělávání* –, který je dále rozpracován ve školním vzdělávacím programu jednotlivých mateřských škol. Odbornou kvalifikaci učitelek mateřské školy stanovuje zákon č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů, § 6 *Učitel mateřské školy* – <http://spcp.prf.cuni.cz> -> v sekci *Právní předpisy* -> od 2003 -> 563/2004 Sb. *Zákon o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů*.

Úkolem předškolního vzdělávání je doplňovat rodinnou výchovu a dávat dětem dostatek podnětů pro jejich další aktivní rozvoj a učení. Děti se formou her seznamují se světem kolem sebe prostřednictvím pohybových, výtvarných, hudebních a dramatických činností. V posledním ročníku mateřské školy je pak program dětí zaměřen na přípravu do školy (např. grafomotorická cvičení, rozvoj matematických představ...).

Třídy jsou buď věkově smíšené, nebo jsou v nich děti rozděleny podle věku.

Úplatu za vzdělávání v mateřských školách, které zřizuje stát, kraj, obec nebo svaz obcí, stanovuje ředitel/ka dané školy. Od úplaty jsou osvobozeni zákonní zástupci, jejichž dítě v dalším roce nastoupí povinnou školní docházku či děti s odkladem povinné školní docházky. Dále jsou od úplaty osvobozeni zákonní zástupci dítěte, kteří pobírají sociální dávky nebo fyzické osoby, které mají dítě v pěstounské péči.

Zápis do mateřské školy probíhá v měsících březnu a dubnu. Rozhodnutí o přijetí, či nepřijetí dítěte k předškolnímu vzdělávání vydává ředitel/ka příslušné mateřské školy.

V případě, že se rodičům nepodaří umístit dítě do „státní“ mateřské školy, mohou využít služeb soukromých mateřských škol, které se vyznačují menším počtem dětí ve třídách či specializací (nejčastěji výuka cizího jazyka). Školné je zde ale podstatně vyšší. Pro pražské rodiče a především jejich děti připravil Magistrát hlavního města Prahy projekt Centra pro předškolní děti – <http://magistrat.praha.eu> -> v sekci *Úřad* -> *Odbory magistrátu* -> *Komunikace* -> *Akce a kampaně* -> *Centra pro předškolní děti*. Jednotlivá centra vznikla při Domech dětí a mládeže a s dětmi zde pracují kvalifikované pedagožky každý všední den od 8 do 13 hodin.

Databázi organizací poskytujících předškolní péči najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Vzdělávání -> Předškolní péče.

Posouzení způsobilosti k nástupu do školy, zápis do první třídy

Mateřská škola také připravuje na bezproblémový přestup na základní školu (mnohdy formou kroužku, kde děti mají možnost si školu vyzkoušet „nanečisto“).

Zápis do základní školy připadá na polovinu ledna a počátek února. Probíhá v budově základní školy, kam rodiče chtějí dítě zapsat. Na zápis dítě přichází v doprovodu rodičů. Je nutné vzít si s sebou občanské průkazy a rodný list budoucího prvňáčka. Samotný zápis dítěte pak probíhá hravou formou.

Učitel/ka nenásilnou formou zjišťuje úroveň znalostí dítěte.

Například znalosti:

- jméno, příjmení, bydliště, věk, jména a povolání rodičů, jména sourozenců
- orientaci v prostoru (pojmy vlevo, vpravo, nahoře, dole, vpředu, vzadu) požádá dítě o recitaci básně, zazpívání písně, namalování lidské postavy
- proberou spolu barvy a tvary (základní barvy – červená, modrá, zelená, žlutá, černá; geometrické tvary – čtverec, obdélník, trojúhelník, kruh)
- požádá jej o řešení problému, např. sestavení domečku z různých geometrických tvarů vyrobených z plastu, dřeva či papíru

Zdroj: <http://www.babyonline.cz>, MUDr. Jana Martincová

Odklad povinné školní docházky

Není-li dítě po dovršení šesti let tělesně nebo duševně přiměřeně vyspělé (nejčastěji zdravotní problémy, nedostatečně vyvinutá řeč, přílišná hravost a nepozornost...), mohou zákonní zástupci požádat o odklad školní docházky. Žádost se podává řediteli základní školy do 31. května kalendářního roku, v němž má dítě zahájit povinnou školní docházku. Zároveň s žádostí je nutné doložit doporučující posouzení příslušného školského poradenského zařízení (pedagogicko-psychologická poradna, speciální pedagogické centrum) nebo odborného lékaře.

Na koho se obrátit, když... ?

Dítě vyrůstá v sociálně slabém nebo jazykově znevýhodněném prostředí?

Pro sociálně a jazykově znevýhodněné rodiny s malými dětmi jsou zřízeny Předškolní kluby a Kluby matek – projekty organizace Člověk v tísni, o. p. s. Věnují se specifickým potřebám nejen dětí, ale i jejich rodičů. Učí rodiče učit se s dětmi, pořádají kurzy českého jazyka pro cizince, vytvářejí prostředí důvěry pro rodiny dětí.

Sdružení Člověk v tísni organizuje také volnočasové aktivity pro děti ze sociálně znevýhodněných rodin a pořádá programy podpory vzdělávání v rodinách.

Člověk v tísni, o. p. s.

Šafaříkova 635/24

120 00 Praha 2

<http://www.integracniprogramy.cz>

Stránky jsou věnovány projektům proti sociálnímu vyloučení, lze se tu dozvědět o konkrétních aktivitách, jako jsou například výše zmiňované kluby. Najdete tu také informace o kariérovém poradenství, terénních pracovnících či informace o nízkoprahových klubech pro mládež apod.

Při problémech s chováním, začleňováním do kolektivu, když dítě prožívá stres apod.?

V případě problémů se lze obrátit na pedagogicko-psychologickou poradnu. Odborníci jsou schopni pomoci jak se specifickými problémy, které tento věk mohou provázet, tak s posouzením školní zralosti, tj. připravenosti dítěte nastoupit do školy.

<http://www.pppp.cz> – stránky Pražské pedagogicko-psychologické poradny. Institut pedagogicko-psychologického poradenství v České republice¹.

Novoborská 372/8

190 00 Praha 9

<http://www.ippp.cz>

Přehledný adresář pražských pedagogicko-psychologických poraden lze najít na stránkách Národního informačního centra pro mládež – <http://www.icm.cz> -> v sekci *Sociálně-patologické jevy* -> *Poradna* -> *Pedagogicko-psychologické poradny v Praze*.

Při řečových vadách dítěte?

Malé děti se v předškolním věku učí řádně vyslovovat a některé hlásky jim mohou činit potíže. Jsou to hlavně hlásky R, Ř, sykavky nebo L. Nelze se spoléhat na to, že dítě roztomilě šišlání přejde s věkem, ale pokud má s výslovností problém, je vhodné vyhledat logopedickou pomoc. Na odborníka/odbornici v této oblasti navede rodiče většinou pedagožka MŠ, užitečné informace lze vyhledat i na webu – <http://www.logopedonline.cz>.

Při zdravotním postižením dítěte?

Problematické děti se zdravotním postižením se věnuje například web Pro rodiče a přátele dětí zdravotně postižených nebo postižením ohrožených. Naleznete zde

¹ Od 1. července 2011 došlo ke sloučení několika ostatních přímo řízených organizací Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Sloučením Národního ústavu odborného vzdělávání (NÚOV), Výzkumného ústavu pedagogického (VÚP) a Institutu pedagogicko-psychologického poradenství (IPPP) vznikl Národní ústav pro vzdělávání (NÚV).

mnoho potřebných informací, příběhy, odkazy na další diskuze, organizace a další informační portály – <http://www.postizenedeti.cz>.

Zpestření předškolního vzdělávání

Jednotlivé mateřské školy připravují v průběhu školního roku pro děti i jejich rodiče aktivity navíc. Kromě kroužků, které jsou zaměřeny na nejrůznější činnosti (hra na flétnu, výtvarná výchova, pohybové aktivity), se jedná především o výuku jazyků. Nejčastěji je to výuka angličtiny, kterou zajišťují jak čeští lektori, tak rodilí mluvčí. Dále jsou v průběhu roku realizovány zotavovací akce (především pobyty v přírodě, výlety). Pro rodiče pak pedagogové s dětmi připravují tematicky zaměřené akce např. k Vánocům, Velikonocům, ke Dni matek.

Mezinárodní školky

V současnosti existuje možnost multijazykových školek. Tuto možnost využívají jak rodiče jiných národností, tak čeští rodiče, kteří si přejí, aby si jejich děti osvojily základy zejména anglického jazyka.

Příklad mezinárodních školek:

Nessie – <http://www.nessie.cz>

Kindergarten Chodov – <http://www.kindergarten.cz>

Neverland – <http://www.neverland.cz>

Magic Rainbow – <http://magicrainbow.cz>

Školka Vrbičky – <http://www.uvrbicek.cz> Modré nebe – <http://www.modrenebe.cz> (ve francouzštině).

Výukou cizího jazyka, zejména angličtiny, se zabývají i některé české školky.

Víte, že?

Jednou z alternativ klasické školky jsou tzv. Lesní školky? V jejich rámci se většina aktivit odehrává venku, práce s dětmi je propojována s ročními obdobími. Děti se formou bezprostředních zážitků seznamují s přírodními zákony, učí se vzájemné spolupráci, rozvíjejí pozorovací schopnosti i vlastní sebe-důvěru.

Např:

Dětský klub Šárynka

V Podbabě 29b, Praha 6-Dejvice

<http://www.ekodomov.cz> -> v sekci Ekocentrum Šárynka.

Děti pracují pod vedením dvou pedagogů, kteří uplatňují zásady Respektovat a být respektován a využívají principy Montessori a Waldorfské pedagogiky (viz kapitola Alternativní školy). Pro odpolední aktivity klub spolupracuje se specializovanými lektory (hudba, arteterapie, dramaterapie).

Školné se různí podle frekvence návštěvy školky, odpolední aktivity jsou zpoplatněny zvlášť. Při celodenní docházce od pondělí do pátku je cena stanovena na 7 700 Kč měsíčně.

Miniškolky

Ministerstvo práce a sociálních věcí umožňuje zakládání „miniškolek“ v rámci tzv. prorodinného balíčku. Věk dětí se obvykle pohybuje v intervalu mezi 1 až 7 roky.

Miniškolka bývá nejčastěji poskytována zaměstnavatelem na pracovišti rodiče nebo neziskovými subjekty, obcemi, kraji a církevními právníckými osobami a zřizuje se nejvýše pro čtyři děti ve věku od šesti měsíců do sedmi let (informace ze stránek <http://www.miniskolky.cz>).

Více informací o těchto předškolních zařízeních a také seznam miniškolek lze najít na webu <http://www.miniskolky.cz>.

ZÁKLADNÍ ŠKOLY

„Je-li škola břemenem, naučí se v ní ti slabší jen strachu a ti silnější revoltě.“

T. G. Masaryk

V současné době je zákonem ustanovena povinná devítiletá školní docházka. Základní školní docházka je rozdělena na 2 stupně. Na prvním stupni (1.–4. třída) je pro dítě důležitý proces socializace, zvládnutí základních školních dovedností (čtení, psaní, základní matematika apod.) a také probuzení zájmu o získávání dalších vědomostí. Na 2. stupni ZŠ (5.–9. třída) si dítě osvojuje také poznatky z cizího jazyka, prohlubuje znalosti z přírodovědných či humanitních věd apod.

Podle Standardu základního vzdělávání MŠMT, čj. 20819/95-26 ze dne 22. 8. 1995 (zveřejněn ve Věstníku MŠMT, sešit 9/1995), je vzdělávacím cílem základní školy osvojení si poznatků z oblasti jazykového vzdělání, společenskovedních oborů, matematiky a přírodních věd, estetické a pracovní technické oblasti.

Rodiče si mohou vybrat ze škol s rozšířenou výukou jazyků nebo sportovně zaměřených, klasických či alternativních.

Databáze základních škol v České republice tříděné podle regionů naleznete například na adrese <http://www.zakladniskoly.cz>.

Informace o systému školství v České republice, novinky ze školství a další užitečné informace ze světa vzdělávání jsou k nahlédnutí například na portálu Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy – <http://www.msmt.cz>. Základním školám je tu věnován oddíl „základní školství“ v sekci „vzdělávání“.

Databázi organizací poskytující základní vzdělávání najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Vzdělávání -> Školy -> Základní školy.

Alternativní typy škol

Kromě klasického typu školy se v České republice postupně začínají prosazovat alternativní typy škol. Ty jsou založeny na propojení jednotlivých předmětů, užší spolupráci s rodiči, slovním hodnocení místo známek a na principech přirozeného vývoje, učení se odpovědnosti a aktivnímu přístupu k získávání informací.

Stručná charakteristika typů alternativních škol:

Waldorfské školy

jsou organizovány jako školy svobodné, jež mají podporovat individuální nadání a tvořivý duchovní život. Plně organizovaná škola je 12letá, integrovaná, koedukační (pro obě pohlaví). Většinou je k ní připojena mateřská škola a následně 13. ročník pro přípravu k maturitě. Je řízena učitelskou samosprávou ve spolupráci se sdružením rodičů. Školy jsou soukromé.

Vyučovací předměty se rozdělují na tzv. hlavní a vedlejší. Děti nedostávají známky ale slovní ohodnocení – to zahrnuje ocenění, pochvalu, uznání, ale i analýzu chyb. Důležitý předpoklad pro existenci školy je úzká spolupráce s rodiči.

Příklad: Waldorfská škola Praha 5

Základní škola waldorfská

Butovická 9/228

158 00 Praha 5 – Jinonice

<http://www.waldorfjinonice.cz>

Školy Montessori

Tento typ školy založila italská lékařka, pedagožka a propagátorka mírového hnutí a boje za dětská a ženská práva, Marie Montessori.

Výchovná práce je zde založena na principu pedocentrismu a spontánního sebezvojení dítěte. Vychovatel zůstává v pozadí a usiluje o to, aby se dítě co nejvíce projevilo a prosadilo, bylo nezávislé a samostatné. Vychovatel by měl respektovat tělesný a duševní rozvoj, který se uskutečňuje v určitých intervalech, tzv. senzitivních fázích.

Při práci i volné hře jsou i malé děti schopné soustředit se mimořádně silně a dlouho svou pozornost na určitou činnost. Tento jev popsala jako fenomén polarizace. Vyučování je ve věkově smíšených skupinách (v rozpětí tří let).

Příklad: MŠ a ZŠ Brno-Pastviny

ZŠ Pastviny 70

624 00 Brno-Komín

<http://www.montessori-pastviny.cz>

Jenské školy

Škola = školní obec. V desetileté škole jsou žáci rozděleni do čtyř kmenových skupin. Práce ve skupinách se řídí týdenním plánem, který je sestaven z pedagogických situací.

Používají se zde obecné prostředky učení: rozhovor, hra, práce, slavnost. Cílům, obsahu a způsobům práce je přizpůsobeno prostředí. Škola má mít charakter „školního domova“, školní třída „školního obytného pokoje“. Zrušila se struktura klasických tříd a základní formou se stala skupina.

Školy tohoto typu nejsou v Čechách obvyklé, najdeme je spíše v Nizozemí, Německu nebo v Belgii. V ČR existovala jenská škola Na Valech v Poděbradech, bohužel ale zanikla.

(Zdroj: <http://www.rodina.cz>)

Freinetovské školy

Tyto typy škol pracují na principech realizovaných Célesinem Freinetem.

Úkolem učitele je vytvořit podnětné vyučovací prostředí, materiál i techniky výuky. Školy mají mít pracovní charakter. Práce je nejdůležitějším principem.

Praktická práce nesmí být oddělována od práce duševní. Proto se tvoří tzv. pracovní ateliéry.

Freinetovská škola zatím v Čechách nebyla založena.

Více na stránkách <http://www.alternativniskoly.cz> – zde najdete definice jednotlivých typů alternativních škol, užitečné odkazy, rodičovskou poradnu apod.

Domácí učení

Specifickou formou vzdělávání je domácí učení. Důvody, proč učit dítě doma a neposílat je do klasické školy, mohou být různé – od závažných zdravotních důvodů dětí po důvody čistě osobní. Děti se učí doma, ale docházejí na přezkoušení do základní školy. Rodiče učící doma jsou zastřešeni Asociací pro domácí vzdělávání – <http://www.domaciskola.cz>.

Některé z podmínek domácího (individuálního) vzdělávání:

- Žáci jsou vzděláváni v souladu s platným standardem základního vzdělávání (tj. v souladu s Rámcovým vzdělávacím programem, potažmo se Školním vzdělávacím programem školy, na který je dítě zapsáno).
- Nejméně dvakrát za školní rok jsou výsledky vzdělávání hodnoceny, tj. žáci jsou ve škole „přezkoušeni“ (někde se jedná spíš o rozhovor nad portfoliem), výsledek hodnocení má být žákům vydáván ve formě slovního hodnocení (podobu mohou navrhnout rodiče).
- Rodič, který vede domácí výuku, musí mít minimálně středoškolské vzdělání s maturitou (ale může mu být udělena výjimka). V případech, kdy vede výuku 2. stupně ZŠ, musí mít vzdělání vysokoškolské a musí prostřednictvím zprávy z poradenského zařízení (PPP nebo SPC) doložit „specifické vzdělávací potřeby“ dítěte – např. výjimečné nadání, poruchy učení, problémy v sociální oblasti.
- Škola může vypovědět dohodu o zařazení dítěte do domácího vzdělávání, neplní-li rodiče podmínky dohody – <http://www.alternativniskoly.cz>.

O povolení domácího vzdělávání je možné požádat na kterékoliv základní škole v ČR.

O povolení rozhoduje ředitel školy na základě žádosti (žádost o individuální vzdělávání je ke stažení na webu Asociace domácího vzdělávání <http://www.domaciskola.cz>).

Dítě v domácím vzdělávání je normálním žákem školy, má tedy právo na poskytnutí pomůcek jako ostatní žáci.

O zařazení dítěte do individuálního vzdělávání můžete požádat i v průběhu školního roku.

Zdroj: <http://www.vitalia.cz>

Mimořádně nadané děti

Mimořádně nadaným dítětem je jedinec, jehož rozsah schopností dosahuje mimořádné úrovně při vysoké tvořivosti v celém okruhu činností nebo v jednotlivých rozumových oblastech, pohybových, uměleckých a sociálních dovednostech (Vyhláška ze dne 9. února 2005 o vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami a dětí, žáků a studentů mimořádně nadaných).

Kde mohou rodiče získat informace o nadaných dětech:

<http://www.centrumnadani.cz> -> v sekci *Fořtíkův seznam* je seznam škol, které se nadaným dětem věnují. V sekci Diagnostika naleznete možnosti diagnostiky dětí.

<http://www.nadanedeti.cz> – projekt brněnské FF (vedoucí dr. Portešová) pro nadané děti, zejména v kombinaci s poruchami učení.

<http://www.talent-nadani.cz> – společnost s mezinárodními kontakty, vedená dr. Evou Vondrákovou.

Pro nadané děti existují speciální letní tábory: více na <http://www.letnikempy.eu>.



<http://www.nidm.cz> -> v sekci *Talentcentrum* – Národní institut dětí a mládeže podporuje všechny nadané a talentované děti díky odborným pracovníkům v oddělení Talentcentrum. Ti zabezpečují 14 soutěží vyhlašovanych MŠMT (mj. legislativa, ekonomické zabezpečení), podílí se na přípravě a výjezdech delegací ČR na mezinárodní soutěže, zavádí nové postupy práce s talentovanými dětmi (např. TALNET – viz níže – distanční formy vzdělávání doplňované prezenčními formami ve fyzice, matematice, chemii, biologii a geografii).

Zdroj: <http://www.nyx.cz> (diskuze Mimořádně nadané děti)

Jedním z projektů pro nadané děti, žáky, studenty a pedagogy je internetový portál Talnet – <http://www.talnet.cz>.

Nabízí vzdělávací, badatelské a komunikační aktivity z různých oborů fyziky, matematiky, chemie, biologie, geografie a technických disciplín šitých na míru zvědavým. Talnet přispívá k zahájení úspěšné studijní a profesní kariéry.

Poskytuje prostor pro komunikaci, diskuzi a řešení problémů vědeckých i jiných s podobně zaměřenými studenty, umožňuje kontakt s experty v oboru a vytváří tak podmínky pro další rozvoj nadání účastníků.

Hlavními typy aktivit v Talnetu jsou online kurzy (T-kurzy), práce na vlastních projektech, exkurze na odborná pracoviště s online přípravou (T-exkurze), společná soustředění, mezinárodní aktivity a strukturované hry pro jednotlivce i týmy.

Projekt probíhá pod hlavičkou Národního institutu dětí a mládeže MŠMT a je realizován Laboratoří distančního vzdělávání Katedry didaktiky fyziky Matematicko-fyzikální fakulty Univerzity Karlovy v Praze. Spolupracuje s odborníky z dalších výzkumných, vzdělávacích a odborných pracovišť i škol v ČR a zahraničí.

STŘEDNÍ ŠKOLY

V závěru základní školní docházky přichází první výraznější předěl v životě mladého člověka. Nastává otázka: „Kam dál? Kudy dál směřovat svoji přípravu na budoucí profesi?“

Podle schopností, zájmů a dalších plánů do budoucna si lze vybrat mezi několika typy sekundárního vzdělávání.

Patří sem střední odborná učiliště, střední odborné školy a gymnázia.

Střední školy poskytují střední vzdělání, a to buď všeobecné nebo odborné.

Charakteristickým znakem českého školského systému je, že prakticky všichni absolventi základní školy (téměř 95 %) pokračují v následné docházce do středních škol.

Úkol středních škol je dvojí: připravit žáky pro výkon povolání a činností v národním hospodářství, ve správě, v kultuře, v umění a v dalších oblastech života nebo připravit žáky pro další studium na vyšší úrovni.

Po roce 1990 vznikly také soukromé a církevní školy.

Úspěšným ukončením vzdělávacího programu středního vzdělávání se dosahuje těchto stupňů vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, střední vzdělání s maturitní zkouškou či pouze střední vzdělání (bez výučního listu i maturitní zkoušky). Maturitní zkouška na všech typech škol opravňuje ucházet se o přijetí k terciárnímu vzdělávání. Střední školy se člení na tyto typy:

Gymnázia

Gymnázia jsou střední všeobecně vzdělávací školy, nazývané tak v souladu se střeoevropskou tradicí. Poskytují všeobecné střední vzdělání ukončené maturitní zkouškou a připravují žáky především k vysokoškolskému studiu. Studium může být čtyřleté (pouze vyšší sekundární), šestileté nebo osmileté (zahrnující nižší i vyšší sekundární).

Střední odborné školy

Tyto typy škol poskytují ve čtyřletém studiu střední odborné vzdělání ukončené maturitní zkouškou opravňující ucházet se o vysokoškolské vzdělávání a kvalifikují své absolventy k výkonu středních technických, ekonomických a obdobných funkcí.

Střední odborná učiliště

Střední odborná učiliště poskytují ve dvou- a tříletých oborech kvalifikaci k dělnickým a obdobným povoláním.

V malém počtu čtyřletých oborů ukončených maturitní zkouškou poskytují střední odborná učiliště kvalifikaci k náročným dělnickým povoláním a k funkcím provozního charakteru a současně otvírají cestu k vysokoškolskému vzdělávání.

Střední odborná učiliště mohou také poskytovat jedno- a dvouleté programy pro žáky, kteří ukončili povinnou školní docházku v nižším než 9. ročníku nebo 9. ročník nedokončili úspěšně, dále pro mládež se speciálními vzdělávacími potřebami a pro absolventy zvláštních či pomocných škol.

Přehledný soupis středních škol, středních odborných učilišť a oborů SOU s nástavbovým studiem najdete například na portálech <http://www.infoabsolvent.cz>, <http://www.vzdelani.cz>, <http://www.stredniskoly.cz>.

Třídít jednotlivé školy můžete podle regionu, podle způsobu ukončení studia, podle délky studia, podle toho, zda je obor otevřen pro dívky či chlapce a podobně.

Databázi organizací poskytujících střední vzdělávání najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Vzdělávání -> Střední školy.

Přijímací řízení

Dle novely Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy o postupu přijímacího řízení na střední školy je postup následující (novela školského zákona č. 49/2009 Sb. ze dne 5. března 2009):

- Je umožněno uchazeči podat tři přihlášky už v prvním kole.
- Ředitel střední školy zveřejňuje kritéria a další podrobnosti před podáním přihlášek ke vzdělávání na střední škole; v případě rozhodnutí o konání přijímací zkoušky v prvním kole přijímacího řízení stanoví nejméně 2 termíny pro její konání (platí i pro obory vzdělání s talentovou zkouškou na základě § 62 odst. 4 školského zákona).
- Přihlášku ke vzdělávání podává zákonný zástupce nezletilého uchazeče, příp. zletilý uchazeč řediteli střední školy; na přihlášce se vyznačí den, kdy se uchazeč chce zúčastnit přijímací zkoušky.

Zdroj: <http://www.msmt.cz>



Termíny pro první kolo přijímacího řízení

Školní rok 2012/2013 – přijetí od 1. 9. 2012	U oborů vzdělání s talentovou zkouškou (bez ohledu na formu vzdělávání)	U oborů ostatních vzdělání	
Zákonný zástupce nezletilého uchazeče nebo zletilý uchazeč podává přihlášku řediteli střední školy nejpozději */	do 30. listopadu	do 15. března pro denní formu vzdělávání	do 20. března pro ostatní formy vzdělávání
Zápisový lístek obdrží uchazeč +/	do 30. listopadu žák ZŠ v této škole	do 15. března žák ZŠ v této škole	
	Ostatní uchazeči na základě žádosti od krajského úřadu		
Ředitel střední školy zveřejní rozhodnutí o termínech konání přijímací zkoušky, kritéria přijímacího řízení a předpokládaný počet přijímaných uchazečů nejpozději	do 30. října	do 31. ledna	
termíny konání talentové zkoušky a přijímací zkoušky ++/	od 2. ledna do 15. ledna /konzervatoř od 15. ledna do 31. ledna/	od 22. dubna do 7. května, pokud dále není stanoveno jinak	od 2. května do 17. května (v jiné než denní formě vzdělávání; u nástavbového a zkráceného studia)

Zdroj: <http://www.msmt.cz>

A nesmíme zapomenout ani na osobní návštěvu vyhlédnuté střední školy. K tomu slouží „Dny otevřených dveří“. Když už je student rozhodnut, kudy se chce nadále ubírat, je proces vybírání samozřejmě jednodušší než u toho, kdo stále tápe. Proto není žádnou ostudou požádat o radu někoho, v kom máme důvěru.

A samozřejmě rozhoduje také pověst školy. Zvláště v menších městech se rychle rozkřikne, na které škole kdo a jak učí.

Co dělat, když...

... potřebuji poradit s výběrem střední školy?

Při základních školách funguje instituce pedagogického poradce, který/-á žáka po pohovorech dokáže nasměrovat. Při výběru budoucího studia je třeba přihlídnout jak ke schopnostem daného žáka, tak k jeho prospěchu a vlastnímu zájmu. Málomocný teenager má už ve 14, 15 letech jasno, jakou profesi chce vykonávat, je tedy rozumné toto rozhodnutí řádně zvážit.

Při rozhodování, na kterou školu po „základce“ jít, je možné obrátit se na řadu poraden či institucí.

Centrum kariérového poradenství funguje při Národním ústavu odborného vzdělávání².

Weilova 1271/6
102 00 Praha 10
<http://www.nuov.cz>

Podrobné informace lze najít na spřízněném portálu <http://www.infoabsolvent.cz>.

Zde najdete informace ohledně:

- volby škol
- uplatnitelnosti absolventů na trhu práce
- postupů, co dělat při problémech při studiu.

Poradenstvím ohledně výběru škol se zabývá též Pedagogicko-psychologická poradna.

Informace můžete najít rovněž na webu NICM <http://www.icm.cz> -> v sekci Vzdělávání v ČR -> Střední školy.

... si chci při studiu přivydělat na brigádě?

Podle zákoníku práce je možné pracovat od 15 let. Stanovená týdenní pracovní doba zaměstnanců mladších 18 let může činit ve více pracovněprávních vztazích maximálně 40 hodin týdně.

² Od 1. července 2011 došlo ke sloučení několika ostatních přímo řízených organizací Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Sloučením Národního ústavu odborného vzdělávání (NÚOV), Výzkumného ústavu pedagogického (VÚP) a Institutu pedagogicko-psychologického poradenství (IPPP) vznikl Národní ústav pro vzdělávání (NÚV).

Kromě nejstaršího způsobu získávání práce – osobního rozhovoru se zaměstnavatelem – je v dnešní době mnoho možností na internetu.

Nabídky brigád bývají také na studentských portálech a v denním tisku, nejčastěji regionálním.

Další z možností uzavření krátkodobého pracovního poměru je zprostředkování přes personální agenturu.

Aktuální informace o možnostech hledání práce přes internet, seznam personálních agentur nebo informace o možnostech hledání přivýdělku v denním tisku naleznete na stránkách Národního informačního centra pro mládež.

<http://www.icm.cz> -> v sekci Práce v ČR -> Brigády -> Kde hledat brigádu.

... chci požádat o individuální studijní plán?

V případě závažného zdravotního problému nebo časové vytíženosti ve sportu je možné dohodnout s vedením školy individuální studijní plán. Dotyčný student je uvolněn z každodenního vyučování, musí však dle dohody s pedagogy skládat zkoušky. Pro povolení tohoto typu studia však musí mít student opravdu vážný důvod.

... se chci aktivně podílet na chodu školy?

Doufejme, že doby, kdy ideálním studentem byla pomyslná „ovce v davu“ jsou zdárně za námi. Možností, jak se konstruktivně zapojit do dění ve škole, může být několik.

Oblíbenou zábavou, zejména studentů s literárními, grafickými či žurnalistickými sklony, je vydávání školního časopisu (tištěného či online), popř. školní rádio.

Na mnoha školách funguje instituce Studentského parlamentu. Studentští zástupci, kteří jsou zvoleni v tajném hlasování, jsou přítomni důležitým jednáním ve škole a hájí zájmy studentů.

Studium střední školy v zahraničí

Studenti středních škol mají méně možností zahraničních programů a stipendií než studenti vysokých škol, několik programů ovšem existuje. Zájemcům poradí přímo na škole pověřená osoba, často to bývají učitelé cizích jazyků. Odkazy na zahraniční stipendia lze samozřejmě najít na internetu.

Ve spleti různých odkazů je třeba pečlivě vybírat. Zejména dbát na důvěryhodnost agentury, která poskytuje nabídky.

Pomoci může navštívit Národní informační centrum pro mládež nebo jiné z Informačních center pro mládež v ČR, kde dostanete odbornou radu a užitečné tipy. Více na <http://www.icm.cz> -> v sekci *Vzdělávání v zahraničí*.

Pro radu mohou vaše kroky směřovat též do Domu zahraničních služeb.

Kontakt:

Dům zahraničních služeb

Na Poříčí 1035/4

110 00 Praha 1

Fax: +420 221 850 255

E-mail: info@dzs.cz

<http://www.dzs.cz>

Student může:

- získat stipendium na zahraniční střední školu – buď krátkodobé (od 1 týdne) nebo delší, a to až na dva roky
- absolvovat v zahraničí celé studium – je možné získat stipendium (většinou jen ze zahraniční strany, pokud jej škola nabízí), nebo si náklady platí sám
- vyjet do zahraničí s agenturou, která takovéto pobyty na středních školách organizuje; tento typ je samozřejmě také placen samotným studentem.

Speciální možností, hlavně pro studenty z příhraničí, je studovat nějakou školu blízko hranic – student bydlí doma v ČR, do ciziny dojíždí.

Zdroj: <http://www.icm.cz>, J.Čáková

Agentury a programy nabízející zahraniční stáž

WORLD EXPERIENCE

Nabízí roční pobyt na střední škole ve Spojených státech amerických.

Jde o kombinaci ročního studia na střední škole s pobytem v hostitelské rodině. Rok strávený v zahraničí se studentovi započítává do studia v ČR, je tedy plnohodnotným ekvivalentem. Nejčastější destinací bývají Spojené státy americké, lze však zažádat o stáž.

World Experience

Teenage Student Exchange

2440 S. Hacienda Blvd., Suite 116

Hacienda Heights, California 91745

USA

<http://worldexperience.com> (stránky jsou v angličtině).

V České republice sídlí organizace na adrese:

World Experience – Czechia

Hradešínská 34, 101 00 Praha 10

UNITED WORLD COLLEGE

Nabízí dvouletá stipendia na studium ve školách sítě United World Colleges po celém světě. Studenti z celého světa tak spolu dva roky studují, tráví volný čas, bydlí atd. Stipendia obvykle zahrnují 100 % nákladů na pobyt a studium, v některých případech jsou však od jednotlivých škol nabídnuta stipendia částečná, pokrývající cca 90 % nákladů. Stipendium nezahrnuje cestovné studenta na školu a zpět, kapesné a v některých případech ani zdravotní pojištění (podmínky se na jednotlivých školách liší).

Kontakt:

United world college

Rytířská 31

110 00 Praha 1

tel. 221 610 210, fax 221 610 204

<http://www.uwc.cz>

Program COMENIUS

Tento program vypisuje NAEP – Národní agentura pro evropské vzdělávací programy.

Kontakt:

Národní agentura pro evropské vzdělávací programy

Dům zahraničních služeb

Na Poříčí 1035/4

110 00 Praha 1

Telefon: 221 850 100

Fax: 221 850 255

E-mail: info@naep.cz

AFS

Pro německy mluvící studenty se nabízí stáž ASF.

Tento společný projekt česko-německých středoškolských výměn je dotován:

- Česko-německým fondem budoucnosti
- nadací Landesstiftung Baden-Württemberg
- nadací „Erinnerung, Verantwortung und Zukunft“ (program určený pro potomky obětí nacismu)

Kontakt:

AFS Mezikulturní programy, o. s.

Monika Nikolova

Telefon: 222 317 138

E-mail: monika.nikolova@afs.org

<http://www.afs.cz>

Maturitní zkouška

Studium na střední škole je zakončeno maturitou. Jedná se o první obsáhlou zkoušku a předchází jí mnoho rituálů: maturitní ples, tvorba tabla, poslední zvonění, svatý týden. Maturitní vysvědčení, které po úspěšném absolvování student obdrží, je důležitý dokument, který se v budoucnu může hodit jak při přijímacích zkouškách na vysokou školu, tak při pohovorech ohledně zaměstnání. Vyplatí se tedy pořádně se na zkoušku připravit.

Ve čtvrtém ročníku středních škol se věnuje nezanedbatelné množství času opakování učiva. Studenti mají možnost „dohnat“ své mezery, aby nakonec stanuli před posledními milníky, které je dělí od ústní zkoušky – a těmi je písemná maturitní práce z českého jazyka a cizího jazyka. Těsně před zkouškou pak mají k dispozici tzv. svatý týden, určený k opakování učiva.

V současné době je jedním z velmi diskutovaných témat právě „státní maturita.“ Tato reforma probíhá již několik let.

Jde o jednotnou verzi maturitních otázek, přičemž si studenti sami zvolí, zda chtějí podstoupit nižší nebo vyšší obtížnost předmětu.

Maturanti v roce 2012 budou maturovat z českého jazyka, cizího jazyka a budou volit mezi matematikou, informatikou a společenskými vědami.

Kontakt:

Centrum pro zjišťování výsledků vzdělávání – CERMAT, Jeruzalémská 957/12, 110 00 Praha 1

<http://www.cermat.cz>

Další webové adresy:

<http://www.novamaturita.cz>

<http://statnimaturita.doskoly.net>.

Jak požádat o uznání maturity ze zahraničí v rámci českého vzdělávacího systému?

Doklad o maturitní zkoušce, závěrečné zkoušce, absolutoriu a podobně je uznán za platný na území České republiky poté, co projde tzv. nostrifikací.

Nostrifikační zkouška

Nostrifikováno může být pouze vysvědčení dokládající úplné ukončení daného stupně vzdělání.

Nostrifikace se provádí na žádost, kterou podává absolvent zahraniční školy, nebo je-li nezletilý, jeho zákonný zástupce na odboru školství krajského úřadu příslušného dle místa pobytu žadatele na území České republiky.

Podrobné informace jsou k nalezení na webu <http://www.msmt.cz> nebo <http://www.icm.cz>.

Informace o nostrifikaci dokumentů z cizích škol lze najít na webu „Doma v ČR“ – <http://www.domavcr.cz>. Zde je i seznam zemí, se kterými má ČR uzavřené smlouvy o vzájemném uznání rovnocennosti dokladu o vzdělávání.

Postup při procesu nostrifikace americké maturity – <http://www.moolker.cz> -> v sekci USA -> *Nostrifikace americké maturity v Čechách*.

V případě, že se obsah a rozsah vzdělání v zahraniční škole odlišuje zčásti nebo žadatel nepředloží úplné podklady, ze kterých je patrný obsah a rozsah vyučovaných předmětů, odbor školství MHMP nařídí nostrifikační zkoušku, jejíž úspěšné složení je předpokladem pro vydání rozhodnutí o uznání platnosti zahraničního vysvědčení v České republice (nostrifikaci) – <http://www.domavcr.cz>.

Školní tradice

České školství nelpí tolik na tradicích, jako je tomu například ve Velké Británii. Přesto je tu mnoho tradičních momentů, které studium na středních školách provází.

Jednou z nich je AKADEMIE. Jedná se o sváteční den na gymnáziu, složený z vystoupení a scének všech ročníků – na jevišti se tak objeví primáni i maturanti. V tento den je i mírná kritika profesorů povolena (pokud mají smysl pro humor).

MATURITNÍ PLES nebo STUŽKOVÁ patří k oblíbeným destinacím rodinných příslušníků nastávajících maturantů. Během tohoto večera tito obdrží slavnostní stuhý nebo šerpy s mottem, které si sami vyberou a které většinou vtipně odkazuje na fenomén studia.

POSLEDNÍ ZVONĚNÍ patří též k známým úkazům, které provází poslední ročník studia. Poslední den před „svatým týdnem“ je něco jako „dnem bláznů“ pro budoucí maturanty. Ten den je potkáte nahastrošené v nejpodivnějších úborech a hrozí, že vás pošpláchají nějakou nevábnou voňavkou a „oberou“ o peníze.

Kam po maturitě?

Maturita je už zdárně za námi. A co teď? Vyjet na rok do zahraničí, nebo jít rovnou na vyšší či vysokou školu? Začít budovat kariéru, nebo toto rozhodnutí ještě odložit?

Rovnou do práce? (viz kapitola PRÁCE, str. 65)

Někdo naskočí rovnou do pracovního procesu. V případě, že práci teprve hledáte, vaše kroky jistě povedou na úřad práce.

Po vyplnění příslušného formuláře vás úřad povede v evidenci. Registrovaný uchazeč o zaměstnání je tak zdravotně a sociálně pojištěn od státu. Jeho povinností je chodit na dojednané schůzky na ÚP a na pohovory, které potenciální zaměstnavatelé přes ÚP vypisují.

Zajímavé odkazy a tipy ohledně přípravy na zaměstnání:

<http://www.gwo.cz> – podrobné stránky Průvodce světem povolání

V Praze a v Brně existují také veletrhy, kde se setkávají studenti se zástupci firem:

Jobdays – probíhá na přelomu března a dubna v Praze

Career Days – probíhá v březnu v Praze

Gaudeamus – probíhá ke konci ledna v Praze a ke konci listopadu v Brně.

Pokud chcete ve svém vzdělání pokračovat, máte na výběr z několika typů pomaturitního vzdělávání. Jsou to jazykové školy, vyšší odborné školy a vysoké školy.

VYSOKÉ ŠKOLY

Vysoké školy (dále jen VŠ) jsou vzdělávací instituce, jejichž historie sahá do středověku a jedná se o nejvyšší článek vzdělávací soustavy (zákon o vysokých školách č. 111/1998 Sb.) a mohou být univerzitního nebo neuniverzitního typu.

Státní vysoké školství není zpoplatněno (pokud student nepřekročí standardní dobu studia o více než 1 rok a pokud student nedosáhne věku 26 let), na soukromých školách se platí školné (různě vysoké).

Dle zaměření studia a délky studia lze na VŠ získat po absolvování příslušných zkoušek vysokoškolský diplom a titul (více k titulům v příloze č. 2).

Vysoké školy neuniverzitního typu

Vysoké školy neuniverzitního typu poskytují převážně bakalářské studijní programy, magisterské studijní programy a v menší míře i doktorské studijní programy. Jedná se především o menší soukromé instituce.

Vysoké školy univerzitního typu

Univerzitní studium je v terciárním vzdělávání převládající formou studia. Univerzity poskytují všechny tři typy studijních programů – bakalářský, magisterský a doktorský. Navíc poskytují všeobecné a odborné vzdělávání stejně jako programy celoživotního vzdělávání.

Bakalářský studijní program

Tento program je zaměřen na přípravu k výkonu povolání a ke studiu v magisterském studijním programu. Bakalářské studium trvá 3–4 roky. Výuka v bakalářských studijních programech se opírá o dvě hlavní metody – přednášky a cvičení. Studium v bakalářském programu se ukončuje státní závěrečnou zkouškou a obhajobou bakalářské práce.

Magisterský studijní program

Na rozdíl od bakalářského studijního programu je zaměřen na získání teoretických poznatků založených na soudobém stavu vědeckého poznání, výzkumu a vývoje, na zvládnutí jejich aplikace a na rozvinutí schopnosti tvůrčí činnosti; v oblasti umění je zaměřen na náročnou uměleckou přípravu a rozvíjení talentu. Magisterský studijní program navazuje na bakalářský. Standardní doba studia je 1–3 roky. V případech, kdy to vyžaduje charakter studijního programu, může být udělena akreditace magisterskému programu, který nenavazuje na bakalářský. V tom případě trvá 4–6 let. Výuka v magisterských studijních programech se rovněž opírá hlavně o přednášky a cvičení. Studium v magisterském programu se ukončuje státní závěrečnou zkouškou a obhajobou diplomové práce. Po získání titulu magistr lze složit v téže oblasti státní rigorózní zkoušku, jejíž součástí je obhajoba rigorózní práce.

Doktorský studijní program

Doktorský studijní program může následovat po ukončení magisterského. Je zaměřen na vědecké bádání a samostatnou tvůrčí činnost v oblasti výzkumu a vývoje nebo samostatnou teoretickou a tvůrčí činnost v oblasti umění. Standardní doba studia jsou 3 roky. Studium v doktorském studijním programu probíhá podle individuálního studijního plánu pod vedením školitele. Studium v doktorském programu se ukončuje státní doktorskou zkouškou a obhajobou disertační práce. Po úspěšném vykonání zkoušky se uděluje titul doktor (Ph.D.).

Více informací můžete najít v dokumentu: Česká republika – odborné vzdělávání v Evropě – přehledová zpráva, 2010.

www.refernet.cz/dokumenty/to_2010_cestina.pdf

Jak vybrat vysokou školu?

O tom, kam po střední škole, má již většina studentů jasno. V posledních ročnících gymnázia mají studenti možnosti mnoha volitelných předmětů, jejich zaměření je tedy směřováno povětšinou už dlouho před maturitní zkouškou. Stejně tak studenti odborných a průmyslových škol jsou připravováni buď rovnou na praxi nebo na studium totožného oboru.

Co tedy pomůže s výběrem vysoké školy? V první řadě vlastní dispozice a cíle. Je třeba si uvědomit, že studium na vysoké škole v mnoha případech vyžaduje vytrvalost a samostatné myšlení. A také disciplínu a motivaci k učení.

Veletrh vzdělání GAUDEAMUS

Ještě když vysedáváte v lavicích střední školy, není na škodu zajít si ve 3. nebo 4. ročníku na veletrh pomaturitního vzdělávání GAUDEAMUS.

Tento veletrh probíhá vždy ke konci ledna v Praze a ke konci listopadu v Brně. Veletrhu se účastní české i zahraniční univerzity, vysoké školy, vyšší odborné školy, jazykové školy, agentury zajišťující vzdělávání v zahraničí, instituce zabývající se přípravou na přijímací zkoušky a poradenstvím.

<http://www.gaudeamus.cz>

Web NICM

Webový portál, který vám přináší aktuální informace o možnostech přípravných kurzů. Na webu <http://www.icm.cz> -> v sekci Vzdělávání v ČR -> Vysoké školy -> Přijímací řízení na VŠ -> Příprava k přijímacím zkouškám naleznete seznamy agentur a jednotlivých škol, které přípravné kurzy poskytují.

Kam Po Maturitě.cz

Je tištěný časopis, k nalezení též v online podobě. Naleznete v něm odpovědi na otázky ohledně přijímacího řízení na VŠ, statusu studenta, přípravy na budoucí kariéru apod.

<http://www.kampomaturite.cz>

Poradenství v přípravě ke studiu

Kontakt:

Dukelských hrdinů 21

170 00 Praha 7

Tel.: 233 382 685, 222 943 511

info@kampomaturite.cz

Databázi vysokých škol najdete na stránkách I-katalogů -
<http://ikatalogy.nidm.cz> - > Vzdělávání -> Vysoké školy.

Jak se ještě připravit?

Ještě před podáním přihlášky se vyplatí jít se podívat do školy, kde zamýšlíme studovat. K tomuto účelu slouží „Dny otevřených dveří“. Většinou bývají v lednu. Na Dni otevřených dveří provedou zájemce po škole studenti i pedagogové a uchazeči si tak mohou udělat konkrétní obrázek o tom, jak funguje výuka na dané škole, jak je škola vybavená apod.

Některé univerzity také vypisují tzv. „nultý ročník“ – kurz pro zájemce, kteří chtějí načerpat více znalostí nebo neprošli přijímacím řízením a hodlají zkusit štěstí v příštím roce.

Na dobrovolnosti, vlastní úvaze a oboustranné vstřícnosti fungují také osobní konzultace s pedagogy. Týká se to zejména umělecky zaměřených škol, kdy uchazeč kontaktuje přímo vedoucího ateliéru.

Informace ohledně přípravných kurzů, nultého ročníku a další užitečné údaje najdete například na stránkách <http://www.kampomaturite.cz>.

Konkrétní informace o vysokých školách a oborech, které se vypisují na daný školní rok, lze najít také na webových portálech konkrétních škol nebo v každoroční příloze Učitelských novin věnované tomuto tématu.

Podrobné informace o vysokých školách lze najít na portálu <http://www.vysokeskoly.cz>.

Najdete zde obory, počty přihlášených a přijatých, literaturu k přijímacím zkouškám a hlavně možnost porovnání jednotlivých škol podle jejich zaměření a lokality.

Přijímací řízení

Na většině vysokých škol je termín přihlášek 28. února, některé školy ale přijímají přihlášky až do poloviny či konce března nebo dokonce i v dubnu (hlavně techniky, zemědělské a soukromé školy). Zkuste se mrknout na školy, programy a obory, které ve vás vzbuzují zájem, a zapřemýšlejte o přihláškách. Je možné – a snad i rozumné – dát si přihlášku na více škol v naději, že se alespoň na jednu z nich dostanete. Limitem při sestavování plánů na červen je samozřejmě jednak čas konání zkoušky – různé školy mohou mít zkoušky ve stejný den či dokonce hodinu, a jednak také vaše peněženka – administrativní poplatek za podání přihlášky je většinou cca 500 Kč. Platí se standardně složenkou na bankovní účet vysoké školy. Kopie ústřížku složenky se pak přiloží (příšpendlí) k vyplněné přihlášce, kterou posíláte na adresu vámi vybrané fakulty. Školy také často umožňují podat přihlášku elektronickou formou na stránkách školy a ostatní doklady poslat poštou. Některé školy vypisují i druhá kola přijímacího řízení.

Na některé vysoké školy není potřeba skládat zkoušky, stačí mít odpovídající prospěch a maturitní vysvědčení. Mnohé VŠ v posledních letech přistupují také k testům všeobecných studijních předpokladů (testy SCIO), například Masarykova univerzita v Brně.

Přijetí k magisterskému studiu navazujícímu na bakalářské je podmíněno řádným ukončením bakalářského studijního programu, přijetí k doktorskému studiu je podmíněno ukončením magisterského studijního programu.

Směrodatné informace jsou vyvěšeny na informačních tabulích konkrétní fakulty nebo na příslušném webu fakulty.

Co je to „status studenta“?

Studenti zapsaní na prezenční pomaturitní studium na vysoké škole nebo jiném typu vyššího vzdělání, který je akreditován MŠMT, neplatí státu zdravotní pojištění. Pokud student překročí standardní dobu studia o 1 rok a více, musí si platit školné. Výši školného za semestr určuje konkrétní univerzita (dle § 58 zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách).

Student (do 26 let) je podle zákona považován za nezaopatřené dítě, pokud se soustavně připravuje na své budoucí povolání. V případě sociálního pojištění je doba studia považována za náhradní dobu pojištění. Po tuto dobu student sociální pojištění neplatí.

Pojistné na sociální zabezpečení zahrnuje platby na:

- nemocenské pojištění
- důchodové pojištění
- příspěvek na státní politiku zaměstnanosti.

Po řádném ukončení školy se může student rozhodnout pro pokračování ve studiu, nástup do zaměstnání či hledání vhodného zaměstnání.

Za dobu od ukončení studia na střední škole do dne zápisu na vysokou školu student neplatí zdravotní ani sociální pojištění. Z pohledu zdravotního pojištění se považuje student stále za nezaopatřené dítě soustavně se připravující na budoucí povolání. Z pohledu důchodového pojištění je uvedené mezidobí považováno za náhradní dobu pojištění. To samé platí i v době mezi ukončením bakalářského studijního programu a zápisem na magisterský.

Nesložil-li student/ka maturitní zkoušku v řádném termínu, může nastoupit na pomaturitní studium bez výhod studenta, a jakmile složil maturitní zkoušku v náhradním termínu, tzn. do konce kalendářního roku, jeho/její statut studenta bude obnoven.

V případě řádného studia na zahraniční vysoké škole je plátcem zdravotního pojištění stát a student nic neplatí. Je však třeba doložit zdravotní pojišťovně rozhodnutí Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, že studium na dané vysoké škole v zahraničí je srovnatelné s vysokoškolským studiem v ČR. Stejná podmínka platí i v případě sociálního pojištění.

Zdroj: <http://www.kampomaturite.cz>

Studentský život – co byste měli vědět

Imatrikulace – (z lat. in-matricula – zapisuji do seznamu) znamená oficiální zápis do úředního seznamu; nejčastěji se tak označuje přijetí studenta do akademické obce vysoké školy.

Studenti se shromáždí v aule, vyslechnou projevy rektora a děkana i znění univerzitního slibu. Pak předstupují před zástupce školy a slibují, že budou pilnými studenty a budou ctít jméno školy.

Promoce – (z lat. promotio, od pro-moveo – postrčit, podpořit) znamená obvykle univerzitní obřad udělení akademického titulu. Jedná se o slavnostní obřad, který následuje po řádném formálním ukončení vysokoškolského studia. V České republice nemá promoce právní význam a titul se získává ukončením studia (závěrečnou zkouškou).

Rektor – (z lat. rector magnificus, regere) je ve školství nejvyšší hodnostář vysoké nebo církevní školy. Je jedním ze samosprávných orgánů školy, za kterou jedná a rozhoduje.

Děkan – (z lat. decanus – zástupce deseti) je akademický funkcionář, který jedná a rozhoduje o věcech fakulty. Děkana jmenuje a odvolává na návrh akademického senátu fakulty rektor. Při akademických obřadech používá titul spectabilis (slovutný). Pojem děkanát označuje sídlo vedení fakulty v čele s děkanem.

Bydlení

Pro mnoho mladých lidí je přijetí na vysokou školu spojeno s významným životním mezníkem, a tím je první samostatné bydlení mimo vlastní rodinu. Vysoké školy ve velkých městech vlastní rozsáhlé areály kolejí. Přesto se v nich nedostane zdaleka na všechny potřebné studenty.

Každá vysoká škola má trochu jiná pravidla, podle kterých zařazuje žadatele o kolej do pořadníku. Ve všech případech však rozhoduje:

- Dojezdová vzdálenost, tj. vzdálenost místa trvalého pobytu studenta a místa, kde sídlí vysoká škola, s přihlédnutím k dopravnímu systému IDOS. Jde tedy o vzdálenost po pozemních komunikacích a nejkratší časový úsek, za který je možné překonat tuto vzdálenost prostředky pozemní dopravy.
- Prospěch – na některých vysokých školách se taktéž přihlíží k celkovému prospěchu studenta.

Pokud škola určí, mohou přednostně dostat koleje studenti prvních ročníků.

Pokud je student v žádosti o kolej úspěšný, při ubytování podepíše Kolejní řád. Jeho hrubé porušení může mít za důsledek vyloučení z koleje.

Ne všichni studenti ovšem ubytování na koleji dostanou. Někteří o to ani neusilují, a to například kvůli soukromí nebo už mají jasnou představu, s kým chtějí či nechtějí sdílet životní prostor.

Oblíbenou formou studentského bydlení je spolubydlení – sdílení bytu.

Nabídky k nájmu a spolubydlení lze najít na různých portálech – <http://www.kolej.cz>.

Studentský portál KOLEJ pomáhá studentům najít levné ubytování, spolubydlícího, nabídnout společný privát či výměnu koleje. Inzerce je zcela zdarma pro poskytovatele bydlení i pro studenty.

Další portály:

<http://www.espolubydleni.cz>

<http://www.dopodnajmu.cz>

V každém případě je dobré promyslet si předem pár základních věcí:

- Jaké jsou moje nároky na soukromí?
- Jak jsem na tom s pořádkem a dodržováním nočního klidu?
- V případě, že budu pokoj sdílet – jsem ranní ptáče, nebo noční sova?
- Vadí mi, když si spolubydlící půjčují moje věci?
- Potřebuji hodně klidu na učení?
- Budu jezdit často k rodičům – a tedy podnájem budu mít jen na přespání, nebo tu budu trávit mnoho času?

Vyřešení otázky bydlení není na škodu prokonzultovat s někým, kdo už podobným způsobem bydlí. Tak či onak, rozkoukat se musí každý sám.

V dnešním světě rozmachu sociálních sítí není problém najít spolubydlící i přes skupiny na Facebooku, Nyx.cz a podobně. Nebo pročíst nástěnku na univerzitě.

Stipendium

Prospěchové stipendium je finanční částka, kterou má možnost obdržet student VŠ, pokud o ni zažádá a zejména pokud splňuje podmínky k udělení. Na tento finanční příspěvek mají nárok studenti, kteří dosahují „výnikajících studijních výsledků“. O jaké výsledky se přesně jedná, upraví děkani jednotlivých fakult v každém akademickém roce. Opatření děkana stanovující podmínky pro přiznání stipendia jsou k nalezení na webu konkrétní fakulty a také na nástěnkách příslušné fakulty.

V případě slabé finanční situace studenta je možné podat žádost o tzv. sociální stipendium. Stipendijní řády ohledně těchto finančních příspěvků schvalují akademické senáty vysokých škol a registruje je Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy – <http://www.msmt.cz> -> v sekci Vzdělávání -> Vysoké školství -> Dokumenty -> Metodika -> Sociální stipendia ve studijních řádech VŠ.

S náklady na ubytování může studentům pomoci tzv. ubytovací stipendium, které bývá přidělováno na základě splnění určitých podmínek. Více se o tomto typu stipendia dovíte na stránkách Ministerstva školství, mládeže či tělovýchovy či na stránkách vaší univerzity.

<http://www.msm.cz/vzdelavani/ubytovaci-stipendia-nejcastejsi-dotaz>

Slevová karta ISIC

Je celosvětově uznávaný studentský doklad. Můžete si jej pořídit již na střední škole nebo později při studiu na vysoké. Průkaz vydává světová organizace ISIC Association pod záštitou UNESCO.

Karta ISIC umožňuje držiteli slevy na více než 2 200 místech v ČR, a to např. při nákupu, stravování a vzdělávání, na vstupném na festivaly, nejrůznější akce či do klubů, při cestování a další výhody. Více na <http://www.isic.cz>.

Akademický senát

Také vysokoškolští studenti se samozřejmě mohou podílet na chodu své „alma mater“. Akademické senáty při univerzitě a jejích fakultách jsou samosprávnými orgány. Rozhodují o všech podstatných záležitostech univerzity a fakult. Mezi jeho hlavní pravomoci patří právo vybrat kandidáta na děkana, navrhnout jmenování a odvolání děkana, schvalovat vnitřní předpisy fakulty a rozdělení finančních prostředků fakulty.

Skládá se ze zaměstnanecké komory (volené z řad pedagogů) a studentské komory (z řad studentů). V jeho čele stojí zpravidla předseda, místopředseda a tajemník. V senátu mohou působit různé komise, např. legislativní, pro organizační a hospodářské záležitosti či pro studijní a sociální záležitosti.

Senátoři jsou voleni jednou za tři roky tajným hlasováním ve volbách členy akademické obce, což jsou v podstatě akademičtí pracovníci (pedagogové) a studenti. Pedagogové volí zpravidla své zástupce z řad pedagogů, studenti volí své zástupce z řad studentů.

Více naleznete přímo v zákoně o vysokých školách č. 111/1998 Sb.

MAJÁLES jsou studentské oslavy příchodu máje a oslavou krás studentského života. Dříve byly charakterizovány především průvody různě recesisticky oblečených studentů městem a volbou *Krále majálesu* (asi nejslavnějším králem se v r. 1965 stal během své návštěvy Československa slavný americký beatnik Allen Ginsberg). V historii měly majálesy sociální i politické

podtexty, v době vlády komunistů tímto způsobem bylo protestováno proti režimu a proto byly také majálesy v období normalizace zakázány.

Obnovit se je podařilo až po revoluci, ale už s pozměněnou náplní. Dnes již volba krále a průvody nestačí, proto se každé město pořádající tuto slavnost snaží docílit co nejširšího programu. Dnešní majáles je především velký hudební festival spojený s různými zábavnými soutěžemi prezentujícími dovednosti studentů.

Univerzita třetího věku

Studovat na univerzitě může každý, kdo má ke studiu předpoklady a zejména zájem o daný obor. Univerzitním studentem se však nemusí zdaleka rozumět jen mladý člověk – v dnešní době se na mnoha univerzitách obnovila tradice vysokoškolského vzdělávání pro lidi v důchodovém věku. Tento typ vzdělávání se nazývá Univerzita třetího věku a funguje na totožných principech jako „normální“ studium. Realizuje se pomocí přednášek, seminářů a cvičení a po jeho absolvování student obdrží vysokoškolský titul.

Asociace univerzit třetího věku (AU3V) je občanské sdružení institucí, které nabízejí a provozují vzdělávací aktivity na úrovni vysokoškolského vzdělávání, určené občanům České republiky v seniorském věku.

Většina českých vysokých škol nabízí studium v těchto typech studijních programů. Adresář škol nabízejících služby univerzity třetího věku naleznete na <http://au3v.vutbr.cz/adresar26.doc>.

Databázi organizací poskytující služby v oblasti vzdělávání najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Vzdělávání -> Organizace poskytující služby v oblasti vzdělávání.



Studium VŠ v cizině

Možnost studia v zahraničí se nabízí i studentům středních škol, vysokoškoláci však mají nepochybně daleko více příležitostí, jak poznat „jak to chodí za hranicemi naší země“. V rámci mobility studentů je většina univerzit výměně studentů příznivě nakloněna. Vše samozřejmě závisí na oboustranné dobré vůli, zájmu a v neposlední řadě na jazykových schopnostech zájemce.

Další možností je vystudovat v zahraničí a obdržet zahraniční vysokoškolský diplom. Průběh nostrifikace je podobný jako u uznání vzdělání středoškolského.

Více informací na webu MŠMT, postup a dokumenty ke stažení jsou na adrese <http://aplikace.msmt.cz/hm/KHUznavanivysokoskolskehovzdelani.htm> anebo na <http://www.msmt.cz> -> v sekci Vysoké školství -> Uznávání zahraničních vysokoškolských diplomů.

Programy

Nejčastějším způsobem vycestování byl přes vzdělávací program Evropské unie **Socrates**. Od 1. 1. 2007 Socrates zanikl, ale místo něj byl vytvořen program nový, který se jmenuje *Lifelong Learning Programme (LLP)*. Ten nabízí několik podprogramů, mezi kterými jsou i podprogramy mobility studentů.

ERASMUS

Nejnámější a studenty nejvíce využívaný je projekt Erasmus – projekty mobility studentů. Hlavní činností tohoto programu je zajištění studijních pobytů a stáží jak studentů, tak pedagogů. V České republice se mohou do programu zapojit

všechny vysokoškolské instituce, které mají akreditaci Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (tedy i soukromé vysoké školy). Dále bylo vybráno 10 vyšších odborných škol, kterým byla dána možnost se do programu přihlásit.

Podmínky pro žadatele o studijní pobyt a s ním spojeným peněžním grantem (měsíční suma peněz, kterou stážista obdrží na pokrytí nákladů a kapesného v cizině) musí být zapsán k řádnému akreditovanému studiu na vysílající vysoké nebo vyšší odborné škole, musí být ve druhém či vyšším ročníku a musí být přijat partnerskou univerzitou na základě výběrového řízení. O podrobnostech k programu Erasmus informuje studijní oddělení (nebo zahraniční oddělení) konkrétní univerzity.

Stručné informace lze najít např. na webu Národní agentury pro vzdělávací programy – <http://www.naep.cz>.

Stáž ERASMUS: Osobní zkušenost

Jela jsem do Estonska na univerzitu do města Tartu kvůli zaučení do problematiky systematické skupiny, které jsem se věnovala v přípravě své diplomové práce (a v této problematice pokračuji), neboť v naší republice není nikdo, kdo by se touto skupinou, a v období, jakému se věnuji (prvohory), podrobněji zabýval.

O stáži jsem byla informována na fakultě. Podávání přihlášek jsem konzultovala se studijním poradcem na katedře a pak také na fakultním studijním oddělení, kde se studentům programu ERASMUS přímo věnují. Dále jsem musela kvůli formalitám také na rektorát a do banky, kterou mi určila sama škola.

Co bylo přínosem stáže? Samo sebou to, kvůli čemu jsem tam jela. Zkušenosti z výzkumu a rozšíření znalostí o studované skupině. Navázání kontaktů se zahraničními kolegy, což je důležité pro budoucí vědeckou činnost. Také jsem si ověřila, že jsem schopna samostatně fungovat v cizí zemi a naučit se spoléhat jen sama na sebe, kdy za mne nikdo nic neudělá a nezařídí. Myslím, že zlepšení jazykových znalostí je samozřejmostí, pro mne jsou však důležité hlavně kontakty s jinými studenty ze všech koutů světa, se kterými se mohu kdykoliv spojit. Další prima věc bylo cestování a poznání naprosto úžasné země a lidí s jinými zvyky a přístupy v komunikaci a s fenomenálním jazykem (estonštinou).

Kdybych měla poradit někomu, kdo se na stáž chystá, v prvé řadě bych podotkla, že ho čeká zdoluhavé papírování a zařizování věcí s tím spojených (odjezd, letenky, banka) a hlavně školní protokoly, které musí všichni před odjezdem odsouhlasit a osobně podepsat. Také bych radila jet ještě před zahájením semestru. Většina škol pořádá tzv. seznamovací týdny, nejenom



mezi studenty, ale především s jejich školním systémem, institucemi, registry, kolejním řádem a hlavně občanskými povinnostmi, jako např. sháněním ID karty, telefonní simky a také kam za kulturou, doktorem, nákupy apod. Opravdu se to vyplatí, student poté není ve stresu a není odkázaný na ostatní.

Negativní zkušenosti? Musím se přiznat, že ty přišly až po návratu. A to s uznáváním předmětů a kreditů, vyplňováním dalších papírů a oběháváním k jejich schválení, to mě skutečně nebavilo. Přímou z pobytu si žádná negativa neuvědomuji. A to, že si člověk musí všechno zařídit sám, za negativní stránku nepovažuji, to je samozřejmost.

Karolína, 27 let, studentka paleontologie

Program CEEPUS (Central European Exchange Program for University Students)

Je mezinárodní výměnný program pro studenty v rámci zemí střední Evropy. Zájemci se tak mohou dostat do neobvyklých destinací. Jedná se o tyto země: Albánie, Rakousko, Bosna a Hercegovina, Bulharsko, Chorvatsko, Česká republika, Maďarsko, Makedonie, Černá Hora, Polsko, Rumunsko, Srbsko, Slovensko, Slovinsko a Priština/Kosovo.

Student může také zažádat o stipendium na zahraniční univerzitě samostatně, jako tzv. freemover.

Detailní informace o podmínkách účasti v programu CEEPUS jsou publikovány na stránkách Domu zahraničních služeb MŠMT (<http://www.dzs.cz> > CEEPUS) a nebo <http://www.ceepus.info> (v angličtině).

Kredity získané na zahraniční vysoké škole se počítají do součtu kreditů studia v ČR. Podrobné informace o průběhu stáží, postupu od podání přihlášky po konečný

„final report“ poskytne pověřená osoba při zahraničním oddělení dané univerzity nebo vyšší odborné školy.

Další stipendijní programy, podrobné informace a odborné rady najdete také při Domě zahraničních služeb a jeho oddělení NAEP (Národní agentura pro evropské vzdělávací programy).

Kontakt:

Národní agentura pro evropské vzdělávací programy

Dům zahraničních služeb

Na Poříčí 1035/4

110 00 Praha 1

<http://www.dzs.cz>

Studentský život v zahraničí

Na koho se obrátit, když potřebuji informace o studiu, bydlení a dalších záležitostech spojených s životem studenta v zemi, do které se chystám?

Agentura ERYICA – *European Youth Information and Counselling Agency*. V evropských zemích funguje síť informačních center, které zaštiťuje.

Na stránkách <http://www.eryica.org> (v angličtině) najdete seznam informačních center v evropských zemích a jejich adresy.

Víte že:

Pod patronací této organizace vznikl internetový portál INFOMOBIL – <http://www.infomobil.org> (v angličtině) – vytvořený mladými lidmi pro mladé lidi. Najdete zde informace, které se stěží dočtete v klasických turistických průvodcích.

AIESEC je největší studenty řízená organizace na světě. Ve více než 100 zemích a teritoriích sdružuje 50 000 studentů, kterým umožňuje získávat zahraniční odborné zkušenosti. Nabízí zahraniční stáže pro školy i firmy, pomáhá mladým lidem poznat jinou kulturu a nastartovat svoji kariéru.

AIESEC je globální, nepolitická, nezávislá, nezisková organizace, která je vedena studenty a absolventy vysokých škol.

V České republice má pobočku na 8 univerzitách. Více na <http://www.aiesec.cz>.

POMATURITNÍ NEVYSOKOŠKOLSKÉ STUDIUM

Vyšší odborné školy

Jsou dalšími typy pomaturitního studia. Vyšší odborné školy jsou 2- až 3leté, po jejich absolvování získává student titul DiS. (diplomovaný specialista). Mohou být státní, soukromé nebo církevní. Na VOŠ studenti skládají přijímací zkoušky později než na VŠ. Studium na VOŠ je zpoplatněné, výše poplatku za semestr se různí dle typu školy.

Na VOŠ se studenti připravují na konkrétní obor, výuka je většinou zaměřena praktičtěji než studium na vysoké škole. Status studenta platí i u tohoto typu vzdělávání.

V poslední době čím dál větší počet VOŠ nabízí možnost pokračování studia na vysoké škole, kde studentům uznají část studia na VOŠ, a tak mohou v kratší době dokončit bakalářské studium a získat vysokoškolský titul Bc.

Podrobné informace, soupis VOŠ v České republice a seznam těch VOŠ, které spolupracují přímo s Vysokými školami, najdete na stránkách

<http://www.vyssiodborneskoly.com>.

Databázi vyšších odborných škol najdete na stránkách I-katalogů - <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Vzdělávání -> Vyšší odborné školy.

Když jsem přemýšlela, jestli jít studovat VŠ nebo VOŠ, rozhodla otázka praktičnosti. Jsem člověk, který nerad poslouchá, že něco „musí“, zvláště pak mě odrazovala představa muset načíst soustu knih, které ve finále ani potřebovat nebudu... Zároveň mne daný obor opravdu zajímal. Proto jsem se rozhodla pro obor „Informační služby: obor služby muzeí a galerií“ na Vyšší odborné škole. V době, kdy jsem studovala, ale studium na VOŠ nebylo zdaleka tak obvyklé, jako je dnes.

(Marta, 30 let)

Pomaturitní jazykové studium

Jednooborové studium cizího jazyka zakončené státní zkouškou nabízí akreditované jazykové školy (dále jen JŠ). Stejně jako v případě VOŠ i frekventanti JŠ mají status studenta, pokud vykonali maturitní zkoušku v kalendářním roce, v němž zahajují jednoleté pomaturitní jazykové studium.

Nahlédněte do katalogu jazykových škol v ČR na webových stránkách <http://www.jask.cz>.

Databázi jazykových škol najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Vzdělávání -> Organizace poskytující služby v oblasti vzdělávání -> Pomaturitní studium a jazykové kurzy.

DALŠÍ VZDĚLÁVÁNÍ

Doposud jsme se v kapitole Vzdělávání zabývali jen formálním vzděláváním, které je minimálně v základní formě povinné pro každého z nás. Nyní přejdeme k oblasti dalšího vzdělávání, které může být zaměřeno na různorodé spektrum vědomostí, dovedností a kompetencí, které jsou důležité pro uplatnění nejen v práci, ale hlavně v občanském a osobním životě.

Další vzdělávání můžeme chápat v kontextu celoživotního učení. Celoživotní učení v sobě zahrnuje všechny možnosti učení (probíhající v tradičních vzdělávacích institucích v rámci vzdělávacího systému či mimo něj), které chápeme jako jediný propojený celek, který dovoluje rozmanité a četné přechody mezi vzděláváním a zaměstnáním a který umožňuje získávat stejné kvalifikace a kompetence různými cestami a kdykoliv během života. Celoživotní učení tedy zahrnuje následující oblasti:

Formální vzdělávání

Formální vzdělávání se vztahuje ke strukturovanému vzdělávacímu systému, který zahrnuje všechny školy od základních až po univerzitu včetně specializovaných programů odborného a profesního výcviku. (ZŠ, SOU, SŠ, VOŠ, VŠ).

Informální učení

Jedná se o takovou oblast učení, která se vztahuje k průběhu celého života a vyznačuje se tím, že je neorganizované, zpravidla nesystematické a nekoordinované institucemi. Můžeme ho chápat jako proces získávání vědomostí, osvojování si dovedností, postojů, hodnot a kompetencí z každodenních zkušeností a činností v rodině, práci, i ve volném čase. Zahrnuje také sebevzdělávání, kdy si ale nemáte jak ověřit nabyté znalosti (např. televizní jazykové kurzy).

Neformální vzdělávání

Může nám pomoci zlepšit společenské i pracovní uplatnění díky získávání vědomostí, dovedností a kompetencí. Neformální vzdělávání je poskytováno v zařízeních zaměstnavatelů, soukromých vzdělávacích institucích, nestátních neziskových organizacích, ve školských zařízeních a dalších organizacích. Patří sem např. organizované volnočasové aktivity pro děti, mládež a dospělé, kurzy cizích jazyků, počítačové kurzy, rekvalifikační kurzy, ale také krátkodobá školení a přednášky. Nutnou podmínkou pro realizaci tohoto druhu vzdělávání je účast odborného lektora, učitele či proškoleného vedoucího. Nevede k získání stupně vzdělání (tuto definici uvádí taktéž slovník pojmů využívaných v projektu Klíče pro život: <http://www.kliceprozivot.cz> -> v sekci Výzkumy -> Pojmy a zkratky).

Pokud chcete získat ucelenější pohled na Celoživotní učení, doporučujeme vám prostudovat strategický dokument Strategie celoživotního učení České republiky³. Ten kompletně mapuje oblast celoživotního učení v ČR a především přichází s návrhy, jak tuto oblast rozvíjet a podporovat.

Strategie celoživotního učení byla zpracována v roce 2008 a plné znění tohoto dokumentu si lze stáhnout na stránkách MŠMT <http://www.msmt.cz> -> v sekci Vzdělávání -> Další vzdělávání -> Dokumenty o dalším vzdělávání a celoživotním učení -> Strategie celoživotního učení v ČR.

Jak tedy vypadá v praxi?

Neformální vzdělávání má několik charakteristických rysů, podle kterých jej lze snadno rozpoznat:

Jedná se o organizované výchovně vzdělávací aktivity mimo rámec zavedeného oficiálního školského systému a samotné výchovy v rodině.

³ Strategie celoživotního učení České republiky - Usnesení č. 761 ze dne 11. července 2007.

Metody neformálního vzdělávání – „Lamače ledů“

Je samozřejmé, že jakmile se sejde jedna či dvě neznámé skupiny lidí, je atmosféra zpočátku napjatá. Úlohou vedoucích je překonat tyto bariéry, „na-startovat“ mladé lidi k rozvíjení komunikace s kolegou, partnerskou skupinou. Určitě jste si všimli, že na začátku je každý účastník osamocen nebo se každá skupina drží pohromadě, její členové spolu sedí při jídle a ve společenské místnosti „okupují“ vlastní prostor. Právě pro uvolnění atmosféry a společný „start“ jsou „Lamače ledů“ nejvhodnější. Během nich se mohou účastníci o sobě dozvědět mnoho zajímavého. A dobře se přitom bavit – to též není k zahoezení.

Pro příklad uvádíme jednu z možných technik

„Provaz“

Jak na to?

Všichni účastníci se postaví na provaz přilepený na zemi, poté se oznámí jejich úloha – změnit pořadí na provazu tak, aby jednotlivci stáli v abecedním pořadí podle svých křestních jmen. Na provaze musejí stát po celou dobu alespoň jednou nohou. Při výměně míst si účastníci sdělují navzájem svá jména a pomáhají si, aby nikdo z provazu „nespadl“. Na závěr všichni řeknou svá jména, aby se mohlo zkontrolovat správné postavení každého jednotlivce.

Variace: Postavit se na provaz podle čísla bot, data narození, výšky apod.

*Zdroj: Publikace Do Evropy hrou – Jana Miháliková;
Vydala Česká národní agentura Mládež, NIDM MŠMT; Praha 2007
(ke stažení zdarma na stránkách <http://www.mladezvakci.cz>)*

Neformální vzdělávání je tedy *dobrovolné* a je založeno na *partnerství mezi vedoucím vzdělávacího procesu a jeho účastníky*. Koncept neformálního vzdělávání klade důraz jak na individuální, tak na skupinové učení, proto sdílení zkušeností ve skupině, která často bývá mezigenerační, má podstatný význam. Pro proces učení je důležitá naše vlastní motivace a ochota zapojit se do interaktivních cvičení, v nichž máme možnost rozvíjet své dovednosti a sociální kompetence.

Dalším charakteristickým rysem je *flexibilita* – konkrétní aktivity lze adaptovat na aktuální potřeby účastníků a také na prostředí, ve kterém se konají. Cíle vzdělávacího procesu i program jsou vždy naplánovány, avšak metody, jak daných cílů dosáhnout, jsou velmi pestré a variabilní. Právo na chyby a učení se z nich, například reflexí nebo rozбором dané situace, je také charakteristickým rysem neformálního vzdělávání. Není nutné, aby na konci vzdělávacího procesu byl test

a účast byla stvrzena diplomem, ačkoliv uznávání výsledků neformálního vzdělávání a jeho certifikace je v současnosti žhavé téma a diplomy či osvědčení se objevují stále častěji. Velkou ambicí neformálního vzdělávání je, aby bylo přístupno všem bez ohledu na sociální postavení ve společnosti, na absolvovanou praxi či dosažené vzdělání v rámci formálního vzdělávacího systému.

„Neformální učení je záměrné, ale dobrovolné učení, které se realizuje v řadě rozmanitých prostředí a situací, v nichž vyučování, odborná příprava a učení nemusejí být nutně jedinou či hlavní oblastí činnosti. Tato prostředí – či situace – mohou být dočasná nebo se mohou střídat a příslušné činnosti či kurzy mohou vést profesionální facilitátoři učení (například mládežnickí instruktóři) i dobrovolníci (například vedoucí skupin mládeže). Aktivita a kurzy jsou naplánované, ale zřídka strukturované jako tradiční vyučovací hodiny nebo předměty.“

Lynne Chrisholm, Mosty k uznávání 2005

Jak již bylo zmíněno, neformální vzdělávání je poskytováno v zařízeních zaměstnavatelů, soukromých vzdělávacích institucích, nestátních neziskových organizacích (dále jen NNO), ve školských zařízeních a dalších organizacích.

NNO působí v mnoha oblastech občanského života, často svou činností doplňují či nahrazují státní instituce. Mezi hlavní oblasti působení neziskových organizací patří kultura, ochrana památek, umění, výzkum a vzdělávání zdravotní péče a sociální služby, ochrana životního prostředí, ekologická výchova, ochrana lidských práv, rovné příležitosti, komunitní rozvoj práce s dětmi a mládeží, rekreace, sport, tělovýchova a ostatní (např. podpora neziskového sektoru, jeho PR, informační služby, podpora dárcovství a dobrovolnictví).

Důležité je uvědomit si, že Česká republika má díky NNO velmi dlouhou tradici v oblasti neformálního vzdělávání. Vždyť Klub českých turistů vznikl v roce 1888, první Vsesokolský slet na Střeleckém ostrově se konal roku 1882, v roce 1914 byl založen první samostatný spolek Junák – Český skaut.

Česká rada dětí a mládeže

Většinu nejznámějších NNO pracujících s dětmi a mládeží zastřešuje Česká rada dětí a mládeže (ČRDM).

Na krajské úrovni funguje Krajská rada dětí a mládeže, která sdružuje neziskové organizace v daném kraji.

ČRDM byla založena v červenci 1998 osmi sdruženími dětí a mládeže. Dnes sdružuje 102 členských organizací (mezi nimi většinu celostátních sdružení dětí a mládeže), představujících kolem 200 000 individuálních členů. Členy ČRDM jsou sdružení velmi malá i ta největší, včetně devíti krajských rad mládeže. Na základě společně přijaté Strategie ČRDM na léta 2006–2010 je oprávněna jednat vůči třetím subjektům v ČR i zahraničí jménem svých sdružení. Současně jim poskytuje metodický, organizační a právní servis, pokud si jej nedokážou jednotliví členové sami zajistit.

<http://www.crdm.cz>

Aktivity ČRDM

ČRDM každoročně pořádá Bambiriádu – největší celorepublikovou akci prezentující činnost ve prospěch dětí a mládeže, která je otevřena všem neziskovým organizacím působícím v této oblasti.

Vydává metodický časopis pro výchovu a volný čas – *ARCHA*.

Vytváří internetové stránky <http://www.adam.cz>. Působí jako konzultační orgán při tvorbě zákonů a vyhlášek týkajících se práce s dětmi a mládeží.



Některé z nejznámějších organizací sdružených v ČRDM v České republice:

Hnutí Brontosaurus má v naší zemi již 35letou tradici. Členy hnutí jsou děti a studenti, kteří se aktivně zapojují do projektů spojených s ochranou přírody nebo ochranou historických památek. Akce pracovní, prožitkové i vzdělávací, výstavy, soutěže, celoroční programy a projekty i pravidelnou činnost oddílů realizují články Brontosaura po celé České republice. Více se o programech a aktivitách Brontosaura dozvíte na webových stránkách <http://www.brontosaurus.cz>.

Junák – svaz skautů a skautek ČR je organizací, lákající mladé lidi, kteří chtějí svůj volný čas prožít smysluplně a dynamicky. Posláním Junáka je podporovat rozvoj osobnosti dětí a mladých lidí, jejich duchovních, mravních, intelektuálních, sociálních a tělesných schopností, aby byli po celý život připraveni plnit povinnosti k sobě samým, bližním, vlasti, přírodě a celému lidskému společenství.

Družinový systém je jedním ze základních prvků skautské výchovy. Skautskou družinu vede starší a zkušenější chlapec či dívka, tzv. družinový rádce. Mladší děvčata tvoří roje světlušek, mladší chlapci smečky vlčat. Jejich družiny se nazývají šestky.

Několik družin tvoří dohromady oddíl. Rádcové družin a jejich zástupci, podrádcové, v čele s vedoucím oddílu tvoří oddílovou radu, která zajišťuje chod oddílu – <http://verejnost.skaut.cz>.

Pionýr

Pojem „pionýr“ pochází z francouzštiny a znamená být v něčem první, snažit se poznávat nepoznané, nebát se těžkostí nebo je čestně překonávat, pomáhat druhým, hlásit se ke svým úkolům i k něčemu navíc.

Působí v celé republice, oddíly a kluby naleznete na více než devíti stech místech. Nabízí aktivní činnost dívkám i chlapcům – členům. Základní organizační jednotkou je Pionýrská skupina. Ta je tvořena nejméně 15 členy a má svého vedoucího a hospodáře. Tak jako mají Skauti svoje Desatero, pionýři se hlásí k tzv. Ideálům.

Více na <http://www.pionyr.cz>.

15 nejpočetnějších NNO pracujících s dětmi a mládeží v ČR za rok 2010

Název	Počet členů
Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska	49 921
Junák – svaz skautů a skautek ČR	44 104
Pionýr	16 548
Folklorní sdružení ČR	13 865
Asociace turistických oddílů mládeže ČR	9 122
Asociace víceúčelových základních organizací technických sportů a činností České republiky	8 396
Zálesák – svaz pro pobyt v přírodě	7 895
Česká tábornická unie, o. s.	6 918
Asociace křesťanských sdružení mládeže	6 540
Asociace středoškolských klubů České republiky, o. s.	4 675
YMCA v ČR	4 417
DUHA – sdružení dětí a mládeže pro volný čas, přírodu a recesi	3 757
Moravská hasičská jednota, o. s.	3 723
Sdružení Mladých ochránců přírody	3 246
Klub Pathfinder	2 595

Zdroj: Česká rada dětí a mládeže, Výroční zpráva 2010 (volně ke stažení na webu <http://www.crdm.cz> -> v sekci Dokumenty)

**Databázi NNO najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz>
-> Volný čas -> Nestátní neziskové organizace.**

Zájmové vzdělávání

V oblasti neformálního vzdělávání předstihuje Česká republika ostatní evropské země, neboť se může chlubit v Evropě ojedinělou, specificky zaměřenou činností školských zařízení pro zájmové vzdělávání, které financuje MŠMT.

Co je to tedy zájmové vzdělávání?

Naplnění volného času zájmovou činností se zaměřením na různé oblasti, kde se využívá metod, technik a forem neformálního vzdělávání. Zájmové vzdělávání⁴ se

⁴ zákon č. 561/2004 Sb., školský zákon, § 111 Zájmové vzdělávání.

uskutečňuje formou příležitostné výchovy, pravidelné výchovy, táborovou a osvětovou činností, individuální prací, zejména vytvářením podmínek pro rozvoj nadání dětí, žáků a studentů, nebo využitím otevřené nabídky spontánních činností, které vedou k uspokojení osobních zájmů, dále k rozvoji osobnosti, jakož i k celkovému zlepšení kvality života jedince a prohloubení jeho nezávislosti. To se pak přeneseně projeví i v kvalitě života celé společnosti. Mezi zájmové vzdělávání lze zařadit zejména kulturní a estetickou výchovu, sportovní výchovu, zdravotní výchovu, environmentální výchovu, jazykové vzdělávání atd.

„Aby vychovatel pomohl dítěti rozvinout zájem anebo s ním související schopnosti, spočívá jeho úkol v zásadě v tom, aby k tomu poskytoval vhodné příležitosti; ukázal dětem, k čemu je takový zájem užitečný; nehodnotil kompetenci dětí v dovednostech, které se zájmem souvisejí, dokud nedostaly dostatek příležitostí nezbytných k jejich vytvoření; dával najevo vlastní nadšení a zaujetí.“

Johann Friedrich Herbart

Jednoduše každý z nás je osobnost, která vyhledává jiné možnosti a příležitosti. Má jiné zájmy a koníčky. Potřebuje se seberealizovat ve svém volném čase.

V tom nám mohou pomoci organizace poskytující různé typy zájmových kroužků, táborů, které pořádají školská zařízení pro zájmové vzdělávání, zejména střediska volného času, školní družiny a školní kluby.

Střediska volného času a domy dětí a mládeže (dále jen SVČ/DDM)

Tyto organizace nabízejí kroužky, kurzy, akce pro veřejnost, prázdninové pobyty. Otevřené kluby, možnost seberealizace a rozvíjení talentu a hlavně hru jako výchovný prostředek, poznávání zábavnou formou. SVČ můžete najít v 298 městech, některá SVČ existují již přes 50 let. Činnost SVČ/DDM je určena pro děti, žáky, studenty, pedagogické pracovníky, ale i jiné osoby, a to bez ohledu na jejich místo trvalého pobytu nebo jiné podmínky.

Databázi středisek volného času a domů dětí a mládeže najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Volný čas -> Střediska volného času a domů dětí a mládeže.

Sdružení pracovníků Domů dětí a mládeže ČR (dále jen SP DDM)

Jedná se o nestátní neziskovou organizaci, jejímž hlavním cílem je podporovat rozvoj středisek volného času (SVČ), respektive Domů dětí a mládeže (DDM) a hájit profesní zájmy jejich pracovníků. Klade si za úkol podporovat rozvoj SVČ/DDM, metodicky a obsahově podporovat fungování SVČ/DDM a být inspirací pro organizaci dobrovolných aktivit dětí a mládeže. Napomáhá koordinovat jejich aktivity, ovlivňuje koncepci státní politiky a legislativy v oblasti dětí a mládeže, podílí se na systému vzdělávání pracovníků.

Navštivte také webový portál <http://spddm.org>. Stránky vytváří SP DDM spolu s občanským sdružením AISIS.

Školní družiny a školní kluby

Poskytují účastníkům naplnění volného času zájmovými činnostmi zaměřenými na zájmové oblasti navazující na školní výuku. Tyto činnosti jsou vykonávány ve dnech školního vyučování, v některých případech i v čase víkendů či školních prázdnin. Družiny i kluby bývají většinou součástí školy a nemají svůj vlastní rozpočet na provoz a pomůcky. Jejich práci řídí vedoucí vychovatelka jmenovaná ředitelem školy.

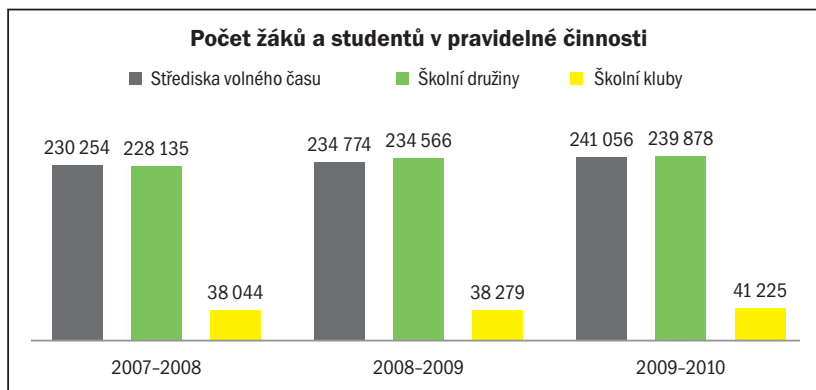
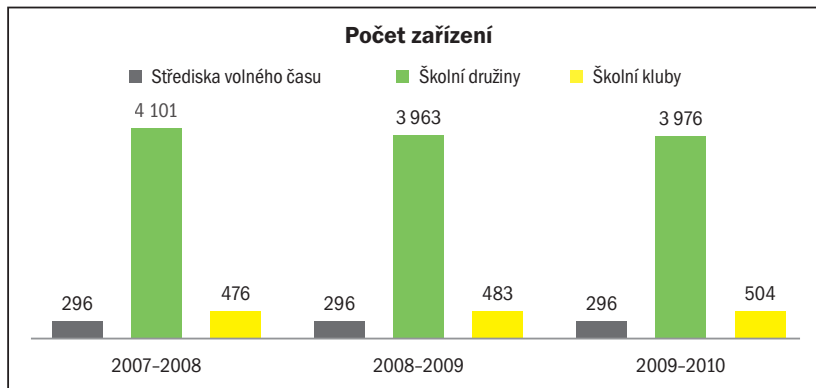
Družina organizuje zájmové vzdělávání pro děti přihlášené k pravidelné denní docházce. Jejimi účastníky jsou především žáci 1.–4. ročníku.

Otevřené kluby nabízejí aktivity spontánní, kluby s pravidelnou činností pracují v rámci zájmových útvarů či pořádají příležitostné akce. Většinou se do klubu hlásí žáci od 5. ročníku výše, kteří nejsou zapsáni ve školní družině.

Mezi nejčastější zájmové činnosti napomáhající osobnostnímu růstu dítěte patří v těchto zařízeních aktivity sportovní, přírodovědné, technické, společenskovední a estetické. K odstranění únavy z vyučování a k odreagování slouží odpočinkové a rekreační činnosti. Ve školních družinách bývá v závěru denního režimu zařazena i příprava na vyučování.

Pracovníci těchto zařízení se od května 2010 sdružují v Asociaci vychovatelů školských zařízení, o. s. – <http://avsz.webnode.cz>.

Souhrnný adresář školních klubů a další informace k tématu jsou ke zhlédnutí na webu NIDM – <http://www.nidm.cz> -> v sekci *Neformální vzdělávání* -> *Volný čas* -> *Školní družiny a školní kluby* -> *Adresáře*.

Přehled školských zařízení pro zájmové vzdělávání v datech: 1.6.2.1

Zdroj: Ústav pro informace ve vzdělávání <http://www.uiv.cz>

Příklady dobrých projektů**Mládež v akci**

Tento program (2007–2013) je nejnovějším přírůstkem do rodiny programů Evropské unie zaměřených na volnočasové aktivity mladých lidí. Navazuje na předchozí program Mládež (2000–2006) a pokračuje v podpoře osvědčených opatření: mezinárodních výměn mládeže, Evropské dobrovolné služby, iniciativ mládeže a aktivit zaměřených na rozvoj kvalifikace pracovníků s mládeží – <http://www.mladezvakci.cz>.

Nabízí výměny mládeže, dobrovolnou službu, podporu místní komunity, zapojení do demokratických projektů, školení a semináře pro pracovníky s mládeží, spolupráci s partnerskými zeměmi EU a další zajímavé aktivity.

Program Mládež v akci spravuje Česká národní agentura Mládež, která vám bude maximálně nápomocna při přípravě vašich projektů. Pracovníci pro vás připraví celou řadu školení, kde účastníky interaktivní formou učí, jak připravit a napsat dobrý projekt, a nabízí možnost konzultací před jeho podáním.

ČESKÁ NÁRODNÍ AGENTURA MLÁDEŽ

Národní institut dětí a mládeže MŠMT

Na Poříčí 12

110 00 Praha 1

Tel./fax: +420 224 872 280

<http://www.mladezvakci.cz>

Projekt AMEBA

Účastníci projektu z ČR, Litvy, Německa, Polska a Francie měli možnost poznat blíže umění graffiti. Projekt ale nebyl jen pro vybrané mladé umělce street-artu, chtěli jsme do něj nalákat i co nejširší veřejnost z Brna a okolí. Malování graffiti se odehrávalo ve dvou blocích. V prvním bloku se sprejovalo v bývalé továrně brněnské Zbrojovky, ve které mladí lidé spolu s místními umělci vytvářeli dohromady svá díla.

Zchátralé prostory továrny tak oživily pestré barvy graffiti a nainstalované předměty. Druhá část probíhala v parku Kraví Hora, kde účastníci vytvářeli 3D graffiti a objekty z překližek. Programu se účastnili i děti z mateřské školy Slunná.

Obě výtvarná sympozia byla zakončena vernisáží, kterou navštívili příznivci street-artu a umění. Na vernisáž přišlo kolem 400 lidí a vystavovalo zde 68 výtvarníků.

Cílem projektu bylo mimo jiné ukázat, že graffiti nemusejí nutně znamenat synonymum pro vandalismus, ale že jde o určitou formu moderního umění.

Zdroj: Publikace ČNA „A kde jsi ty?“ (3. díl, ke stažení zdarma na stránkách <http://www.mladezvakci.cz>)

NIDM a projekt Klíče pro život

Klíče pro život je čtyřletý národní projekt (2009–2013), na jehož realizaci se podílí MŠMT spolu s NIDM. Jeho smyslem je dlouhodobá podpora kvalitního využívání volného času dětí a mládeže. Běží v celé České republice a v následujících letech by jeho přínosem, zejména díky propracovanému systému vzdělávání, měl být rozvoj důležitých dovedností, znalostí, schopností a postojů (tedy klíčových kompetencí) těm, kteří se denně věnují dětem ve školních družinách, školních klubech, střediscích volného času a nestátních neziskových organizacích.

Jedním z cílů projektu je upozornit na význam mnohaleté praxe a zkušeností, schopností a dovedností, jež mohou lidé, kteří denně pracují s dětmi či mladými lidmi v nestátních neziskových organizacích, dobře upotřebit v profesním životě. Více o projektu Klíče pro život najdete na portálu <http://www.kliceprozivot.cz> a též níže v kapitole Uznávání neformálního vzdělávání.

Samostatný vedoucí dětí a mládeže musí umět pracovat se svou cílovou skupinou. O tom se přesvědčili i účastníci vzdělávací akce v rámci Uznávání neformálního vzdělávání.

Při realizaci vzdělávacích programů bylo využito mnoho metod, které měly ve velké míře účastníky zapojit do řešení úkolů a vytváření vlastních strategií. Např. velká simulační hra na konkrétním modelovém případě, jak si „vyběhat“ všechna možná povolení a zajistit podklady k pořádání tábora na „zelené louce“, určitě zanechala v budoucích náčelnících Ligy lesní moudrosti více informací, než by dokázala obyčejná přednáška. V rámci programu YMCA Brno se zase účastníci přesvědčili, že vymyslet a zrealizovat novou hru určitého typu a provést ji v předem ohraničeném čase tak, aby ji všichni správně pochopili, není úplně jednoduché.

Zdroj: <http://www.kliceprozivot.cz>

Uznávání neformálního vzdělávání

Myšlenka uznávání neformálního vzdělávání je velmi jednoduchá – každý z nás si v průběhu svého života osvojí velké množství dovedností, získá mnoho kompetencí mimo školní (formální) vzdělávání, ale i mimo neformální vzdělávání, jednoduše tím, že určité činnosti vykonává (v práci, ve svém volném čase, v rodině). Učíme se, aniž bychom si toho byli vědomi, učíme se svou vlastní činností, učíme se od druhých. Proč tedy neumožnit, abychom to, co skutečně umíme, mohli mít potvrzeno, certifikováno?

Projekt Klíče pro život tvoří jedna z oblastí, která se zabývá právě uznáváním neformálního vzdělávání.

Uznávání neformálního vzdělávání (UNV) je proces, v němž dochází k externímu zhodnocení znalostí, schopností a dovedností, získaných mimo formální vzdělávací systém. K tomuto procesu dochází v zemích EU, ale i Rady Evropy, zejména v oblasti politiky mládeže. Terminologie i obsah se přitom neustále vyvíjejí.

V oblasti práce s mládeží se v podstatě jedná o trojí uznávání:

1. Uznání společenské prospěšnosti a přidané hodnoty této většinou volné činnosti s dětmi a mládeží.
2. Uznání kompetencí získaných neformálním vzděláváním ze strany zaměstnavatelů – aby si uvědomili, že lidé přicházející se zkušenostmi z činnosti s dětmi a mládeží mají cenné kompetence a návyky, které mohou zdárně uplatnit v pracovním procesu, tedy aby dokázali rozpoznat „přidanou hodnotu“ takového člověka.
3. Uznání kompetencí získaných neformálním vzděláváním ze strany státní správy a vzdělávacích institucí – většinou formou certifikace.

Cílem klíčové aktivity **UNV** je propojit formy vzdělávání nestátních neziskových organizací (NNO) dětí a mládeže a NNO pracujících s dětmi a mládeží, které pracují s dětmi a mládeží celoročně ve volném čase, se vzděláváním v organizacích podobného typu a zajistit tak uznatelnost kvalifikace pracovníků napříč různými právními a organizačními formami. Nutným předpokladem pro udržitelnost vzdělávacích programů je inovativnost myšlenky uznávání neformálního vzdělávání v NNO a nutnost přizpůsobit se trhu práce a potřebám současnosti. Projekt mimo jiné reaguje i na potřeby zaměstnavatelů, popsané např. ve výzkumu Národního ústavu odborného vzdělávání z roku 2008 (<http://www.univ.nuov.cz>), kteří hledají především zaměstnance schopné jednat s lidmi a řešit stresové situace s praktickými dovednostmi, komunikativní, samostatné, loajální, empatické.

Více informací naleznete na webu projektu Klíče pro život <http://www.kliceprozivot.cz>.

Nástroje uznávání neformálního vzdělávání

EUROPASS

Jedná se o jednotný celoevropský soubor dokladů o vzdělání, osobních kompetencích, jazykových dovednostech, odborné kvalifikaci a pracovních zkušenostech jejich držitele. Jeho struktura je jednotná a od roku 2005 pomáhá nejen zlepšit komunikaci na evropském trhu práce i v oblasti vzdělávání, ale také mobilitu občanů EU, členských států Evropského společenství volného obchodu (ESVO), Evropského hospodářského prostoru (EHS), přistupujících a kandidátských zemí na základě dobrovolnosti. Dokumenty Europassu nejsou novými certifikáty, poskytují však zaměstnavatelům a vzdělávacím institucím transparentní a přehledný soubor všech relevantních informací o držiteli v jakémkoliv jazyce výše jmenovaných států. Tím mu usnadňují prezentovat se a poskytnout o sobě informace tak, aby byly správně pochopeny nejen v jeho mateřské zemi, ale především v zahraničí.

Europass tvoří pět dokumentů:

1. Europass-životopis – <http://www.europass.cz/zivotopis>
2. Europass-jazykový pas – <http://www.europass.cz/jazykovy-pas>
3. Europass-mobilita – <http://www.europass.cz/mobilita>
4. Europass-dodatek k diplomu – <http://www.europass.cz/dodatek-k-diplomu>
5. Europass-dodatek k osvědčení – <http://www.europass.cz/dodatek-k-osvedceni>

Držitel Europassu může jeho prostřednictvím lépe prezentovat informace, které budou správně pochopeny nejen v mateřské zemi, ale především v zahraničí. Každý se může rozhodnout, které dokumenty Europassu si chce pořídit – nemusí mít všechny z portfolia Europassu.

Pas mládeže (YOUTHPASS)

Oficiální certifikát, který vypovídá o nabytých klíčových kompetencích v rámci neformálních vzdělávacích aktivit programu Mládež v akci.

Pas mládeže byl vyvinut pro zlepšení ověřování a uznávání neformálního vzdělávání. Podporuje mladé lidi, aby co nejlépe využívali zkušenosti, které získali během své účasti v programu.

„Člověku, v jehož životopise vidím dobrovolnou činnost, věřím, když mluví o své motivaci pracovat pro mou organizaci, a vím, že nebude pracovat pouze do výše svého platu.“

Zaměstnavatel tak může na manažerskou pozici v marketingové firmě přijmout s klidným svědomím například bývalého skautského vedoucího, protože musel být manažerem na skautském táboře, kde se naučil být zároveň personalistou, zvládnul sestavit i byznys plán a rozpočet a také byl a je dobrým psychologem a pedagogem!

Mgr. Tomáš Řehák, ředitel Městské knihovny v Praze (*první odborné setkání se zaměstnavateli a vzdělavateli k tématu Uznávání neformálního vzdělávání v České republice, říjen 2010*)

VZDĚLÁVÁNÍ DOSPĚLÝCH, REKVALIFIKACE

I když už dávno nesedí ve školních lavicích, proces poznávání a učení člověka nepochybně provází celý život. V poslední kapitole se zaměříme na možnosti vzdělávacích programů a kurzů, které jsou určeny pro dospělé a které mají za cíl zprostředkování znalostí a dovedností v pracovním životě.

Jazykové kurzy

V dnešní době se alespoň bez základní znalosti některého ze světových jazyků neobejde téměř nikdo. Pro dospělé, kteří se chtějí v některém z jazyků zdokonalovat, jsou určeny kurzy jazykových škol. Některé firmy, zvláště ty větší, pořádají kurzy cizích jazyků (zejména angličtiny nebo němčiny) přímo ve svém sídle a pro zaměstnance bývají bezplatné.

Informace o certifikovaných jazykových školách hledejte na webech <http://acert.cz> nebo <http://www.ajsa.cz>.

Databázi organizací poskytujících jazykové kurzy najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Vzdělávání -> Organizace poskytující služby v oblasti vzdělávání -> Pomaturitní studium a jazykové kurzy.

Rekvalifikace

Jsou nezanedbatelnou částí dalšího vzdělávání, které je určeno nezaměstnaným i zaměstnaným osobám k udržení či získání nového zaměstnání. V poslední době se rekvalifikační kurzy začínají více přizpůsobovat potřebám specifických skupin nezaměstnaných, zejména nízkokvalifikovaných, a starším osobám, které vyžadují individualizovanější přístup v podobě poradenství vzdělávacích metod, podpory při studiu a provázání výuky s praxí.

Databázi organizací poskytujících jazykové kurzy najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Vzdělávání -> Organizace poskytující služby v oblasti vzdělávání -> Rekvalifikační kurzy.

Rekvalifikační kurzy při úřadu práce

Jsou bezplatné kurzy pořádané pro zájemce, kteří chtějí uspět na trhu práce. Jedná se hlavně o dělnické a řemeslnické profese. Pro zařazení do rekvalifikace musí uchazeč nebo zájemce splňovat požadavky uvedené v Programu rekvalifikačních kurzů úřadu práce. Při průběhu rekvalifikačního kurzu pobírá dotyčný zájemce podporu v nezaměstnanosti.

Když už se pro tuto možnost rozhodnete, musíte vybraný kurz dokončit (neplatí v případě vážných důvodů). Více na portálu Ministerstva práce a sociálních věcí – <http://www.mpsv.cz>.

UŽITEČNÉ INFORMACE**Co dělat, když:*****Je třeba odborné rady?***

Síť informačních center pro mládež funguje po celé republice. Informační centrum pro mládež nabízí bezplatně poskytování informací dětem, mládeži i rodičům. Zde odborní pracovníci poradí, na koho se obrátit a koho kontaktovat při řešení otázek ohledně dalšího vzdělávání, využití volného času, při problémech ve škole či v rodinném prostředí apod.

Na webových stránkách <http://www.icm.cz/ism> najdete aktualizovaný seznam informačních center pro mládež v celé ČR. Zajímavé informace týkající se mládeže naleznete také například v oddílu REMIX – <http://remix.nicm.cz>.

Mám problémy ve škole?

Jednou z institucí, na které je možné se obrátit, pokud má dítě problém se zvládnutím učiva apod., je pedagogicko-psychologická poradna. Zde je možno odborně diagnostikovat poruchy učení nebo poruchy chování dítěte a dozvědět se, jak s touto diagnózou dále pracovat.

Na stránkách Národního informačního centra pro mládež najdete seznam pedagogicko-psychologických poraden, které fungují v hlavním městě – <http://www.icm.cz> -> v sekci Sociálně-patologické jevy -> Poradna -> Pedagogicko-psychologické poradny v Praze.

Nevím kam dál na školu?

Žákům základních škol i maturantům, kteří ještě nejsou rozhodnutí, co dál studovat, nabízí pedagogicko-psychologická poradna odborné vyšetření k volbě typu školy, která je pro konkrétního žáka vhodná.

Institut pedagogicko-psychologického poradenství v České republice⁵.

Novoborská 372/8

190 00 Praha 9

<http://www.ippp.cz>

Přehledný adresář pražských pedagogicko-psychologických poraden lze najít na stránkách Národního informačního centra pro mládež – <http://www.icm.cz> -> v sekci *Sociálně-patologické jevy* -> *Poradna* -> *Pedagogicko-psychologické poradny v Praze*.

Mám problémy v rodině, je podezření na domácí násilí nebo šikanu?

Linka bezpečí dětí a mládeže

Bezplatná telefonní linka pro děti, které se ocitly v těžké životní situaci, nebo pro rodiče, kteří potřebují odbornou pomoc. Linka je aktivní 24 hodin denně.

Kontakt:

telefonní číslo pro děti: 116 111

rodičovská linka: 840 111 234

<http://www.linkabezpeci.cz>

Společenství proti šikaně

Na stránkách najdete rady, pozvánky na odborné semináře, užitečné kontakty v boji proti šikaně ve škole.

Kontakt:

Balbínova 6, v prostorách Centra pro zdravotně postižené

120 00 Praha 2

<http://www.sikana.org>

Dobrovolnický program Pět P (pomoc, podpora, přátelství, péče, prevence)

Program, v zahraničí známý pod názvem *Big Brother Big Sister*, určený všem dětem, které mají problémy ve škole, v kolektivu nebo doma. Ty tak touto cestou „obdrží“ staršího kamaráda/kamarádku, rádce či zastávce z řad odborně vyškolených dobrovolníků.

Program Pět P má mnohaletou tradici a mezi jeho hlavní účinné prostředky patří:

- pomoc při překonávání problémů s komunikací, se začleněním do kolektivu

⁵ Od 1. července 2011 došlo ke sloučení několika ostatních přímo řízených organizací Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Sloučením Národního ústavu odborného vzdělávání (NÚOV), Výzkumného ústavu pedagogického (VÚP) a Institutu pedagogicko-psychologického poradenství (IPPP) vznikl Národní ústav pro vzdělávání (NÚV).

- možnost řešit své problémy s někým, kdo dokáže pomoci – pokud v tomto směru selhává např. rodinné zázemí.

Asociace Pět P v České republice – <http://www.petp.cz>

Na stránkách najdete informace o programu a také soupis organizací v České republice (tříděný podle krajů), které se programem Pět P zabývají.

Viz také informace v kapitole Sociálně patologické jevy (str. 157)

Potřebuji doučování?

Pokud má dítě problémy se zvládnutím některého předmětu, lze si zajistit doučování. Některé školy nabízejí vlastní doučovací kroužky, většinou je však třeba obrátit se na někoho, kdo bude docházet k dítěti domů a pomůže mu pochopit dané učivo.

Existují agentury, na které je možné se obrátit v případě potřeby doučování.

Na internetu lze najít například:

<http://www.doucujieme.cz>

<http://www.kvalitni-doucovani.cz>

<http://www.euagency.cz>

<http://www.rychlavyuka.cz>

Tyto agentury mají uzavřené smlouvy s vysokoškolskými studenty nebo jinými odborníky. U prověřených agentur je záruka kvalitního vyučování.

Doučování lze samozřejmě najít též pomocí vlastního inzerátu jak na nástěnce některé z vysokých škol, tak na internetových portálech nabízejících práci.

Užitečné adresy a odkazy ohledně vzdělávání

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT)

Kontakt:

Karmelitská 7

118 12 Praha 1

<http://www.msmt.cz>

info@msmt.cz

Tel. ústředna: +420 234 811 111

Podatelna pro veřejnost:

Po-Pá: 7.30–15.30

Národní ústav odborného vzdělávání (NÚOV)⁶

Nabízí bezplatnou individuální poradenskou pomoc při výběru studia, řešení vážných problémů při studiu a dalších otázek ohledně vzdělávání a uplatnitelnosti na trhu práce.

Kontakt:

Weilova 1271/6

102 00 Praha 10

<http://www.nuov.cz>

poradna@nuov.cz

Institut celoživotního vzdělávání (dříve Centrum vzdělávání a poradenství)

Zajišťuje systematický rozvoj celoživotního vzdělávání na VUT v Brně, poskytuje související poradenské, informační a organizační služby.

Kontakt:

Kounicova 966/67a

602 00 Brno

<http://www.lli.vutbr.cz>

Síť Informačních center pro mládež

Bezplatné poradenství v oblasti vzdělávání v ČR i v zahraničí

Kontakt:

Národní informační centrum pro mládež

Národního institutu dětí a mládeže MŠMT

Na Poříčí 1035/4

110 00 Praha 1

<http://www.icm.cz>

Informační poradenská střediska (při úřadech práce)

Poskytují bezplatnou poradenskou činnost:

- žákům základních škol se specifickými vzdělávacími potřebami
- studentům a absolventům
- rodičovské veřejnosti
- školským zařízením

<http://portal.mpsv.cz> -> v sekci Zaměstnanost -> Informační a poradenská střediska při ÚP

⁶ Od 1. července 2011 došlo ke sloučení několika ostatních přímo řízených organizací Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Sloučením Národního ústavu odborného vzdělávání (NÚOV), Výzkumného ústavu pedagogického (VÚP) a Institutu pedagogicko-psychologického poradenství (IPPP) vznikl Národní ústav pro vzdělávání (NÚV).

Poskytují aktuální informace:

- o síti středních a vysokých škol, studijních a učebních oborech v regionu a v celé ČR
- o podmínkách a průběhu přijímacího řízení
- o nárocích a požadavcích na jednotlivá povolání
- o možnostech uplatnění absolventů jednotlivých oborů v praxi
- o situaci na trhu práce v regionu a v celé ČR
- o možnostech rekvalifikace

Informační a poradenská střediska pro volbu povolání se nacházejí na každém úřadu práce. K individuálním konzultacím je nutné se předem (možno i telefonicky) objednat.

Internetové portály o vzdělávání

<http://www.ucitelskenoviny.cz> – online forma tištěného periodika pro pedagogy i studenty

<http://www.edu.cz> – rozcestník webových aplikací resortu školství

<http://www.stolzova.cz> – web pro pedagogickou tradici a kontinuitu – názorové články, recenze, zajímavosti ze světa vzdělávání

Přímo na portálu <http://www.edu.cz> lze najít odkaz na užitečné weby ohledně zahraničního školství.

Jedním z nich je EURYDICE – institucionální síť, která sbírá, sleduje, zpracovává a šíří spolehlivé a snadno srovnatelné informace o vzdělávacích systémech a o vzdělávací politice v Evropě – <http://www.eurydice.org>.

European Schoolnet – síť 31 ministerstev školství zemí Evropské unie a několika mimo EU – <http://www.eun.org> (v angličtině).

Informace o školském systému ve vybraných zemích – partnerské weby EUN:

(Všechny weby mimo českých jsou v angličtině.)

Belgie (franc.) – <http://www.enseignement.be>

Belgie (vlám.) – <http://www.ond.vlaanderen.be>, <http://www.klascement.net>

Česká republika – <http://info.edu.cz>, <http://www.msmt.cz>, <http://www.edu.cz>, <http://rvp.cz>

Dánsko – <http://www.emu.dk>, <http://www.uni-c.dk>

Estonsko – <http://www.koolielu.ee>, <http://www.tiigrihype.ee/?op=&id>
Finsko – <http://www.edu.fi>
Francie – <http://www.educnet.education.fr>, <http://www.education.gouv.fr>,
<http://eduscol.education.fr>
Irsko – <http://www.scoilnet.ie>
Island – <http://menntagatt.is>
Itálie – <http://www.indire.it>
Izrael – <http://www.education.gov.il>, <http://makash.org.il>
Litva – <http://www.ipc.lt>
Lucembursko – <http://www.myschool.lu>, <http://www.men.lu>, <http://www.restena.lu>
Maďarsko – <http://www.sulinet.hu>
Malta – <http://www.education.gov.mt>
Německo – <http://www.bildungsserver.de>
Nizozemsko – <http://www.kennisnetictopschool.nl>
Norsko – <http://www.skolennettet.no>
Polsko – <http://www.scholaris.edu.pl>
Portugalsko – <http://www.crie.min-edu.pt>
Rakousko – <http://www.bmukk.gv.at>
Řecko – <http://www.ypepth.gr>, <http://menntamalaraduneyti.is>
Slovinsko – <http://sio.edus.si>, <http://www.mss.gov.si/en>, <http://www.cpi.si>
Spojené království – <http://www.bectu.org.uk>
Španělsko – <http://www.mec.es/educa>
Švédsko – <http://www.skolverket.se>, http://itforpedagoger.skolverket.se/in_english,
http://kollakallan.skolverket.se/in_english
Švýcarsko – <http://www.educa.ch>, <http://international.educa.ch>

Zdroj: <http://www.edu.cz>

Užitečné a zajímavé odkazy a adresy ohledně neformálního vzdělávání mládeže

Národní institut dětí a mládeže (NIDM)

Zaměřuje se na problematiku zájmového vzdělávání a činnost školských zařízení v oblasti neformálního vzdělávání, zajišťuje metodickou a organizační podporu práce s dětmi a mládeží a další vzdělávání pedagogických pracovníků.

Kontakt:

NIDM MŠMT

Sámova 3, 101 00 Praha 10

Telefon: +420 246 088 222

<http://www.nidm.cz>

Česká rada dětí a mládeže (ČRDM)

Sdružuje a podporuje valnou většinu celostátních a zároveň i mnoho regionálních

a místních sdružení dětí a mládeže. Posláním ČRDM je podporovat podmínky pro kvalitní život a všestranný rozvoj dětí a mladých lidí. Své poslání ČRDM naplňuje tím, že podporuje mimoškolní výchovu a činnost svých členů, zejména snahu o vytváření právních, hospodářských, společenských a kulturních podmínek vhodných pro jejich činnost. Více informací naleznete na webových stránkách.

Kontakt:

Senovážné nám. 977/24

116 47 Praha 1

Telefon: +420 234 621 209

<http://www.crdm.cz>

Kecejme do toho

Jedním ze společných projektů MŠMT, Mládeže v akci a ČRDM pro aktivní děti a mládež je Kecejme do toho. Dává prostor mladým lidem vyjádřit se k věcem, které se jich bezprostředně týkají, jako např. legalizace měkkých drog, věková hranice trestní odpovědnosti, otázka školního apod. <http://www.kecejmedotoho.cz>

REMIX – regionální mix informací

Na základě spolupráce regionálních redaktorů v celé ČR vznikl pod záštitou Národního informačního centra pro mládež a díky podpoře ze strany projektu Klíče pro život časopis REMIX, v němž lze nalézt roztríděné informace ohledně oblastí, které mladé lidi zajímají (škola, práce, volný čas, finance apod.). Remix má svoje webové stránky <http://remix.nicm.cz>, také má svou stránku na facebooku (REMIX) a svůj kanál na <http://www.Youtube.com> (uživatel: Remix – časopis NICM).

Užitečné adresy a odkazy ohledně dalšího vzdělávání dospělých

Ministerstvo práce a sociálních věcí (dále jen MPSV)

Konzultační dny pro veřejnost, kde budou zodpovězeny dotazy v rámci působnosti resortu práce a sociálních věcí, se konají každou středu od 14.30 do 17.30 h. (poslední klient je přijímán v 17.15 h) v přízemí budovy MPSV. Konzultace jsou poskytovány bezplatně.

Na Poříčním právu 1/376

128 01 Praha 2

<http://www.mpsv.cz>

Asociace institucí vzdělávání dospělých (dále jen AIVD)

Je Unie zaměstnavatelských svazů ČR a mezinárodní expertní síť ReferNet. AIVD je zastoupena v Národní radě pro kvalifikace, Národním poradenském fóru, Expertní skupině MŠMT, v Akreditační komisi rekvalifikačních programů MŠMT a v řadě dalších komisí a výborů.

Karlovo náměstí 14/292
120 00 Praha 2
PhDr. Miroslava Dvořáková

<http://www.aivd.cz>

Příloha č. 1 – Grafické znázornění vzdělávacího systému v ČR

Příloha č. 2 – Přehled vysokoškolských titulů



PRÁCE

„Práce se musí zařídit tak, aby člověka obšťastňovala. Dnešní lidé věří, že se práce musí zařídit tak, aby přinášela co nejvíce užitku.“

Georg Christoph Lichtenberg (1742–1799)

Po absolvování školy přichází období, kdy se lidé začínají ubírat novým směrem a hledají si pracovní uplatnění podle vlastních představ a schopností. V zaměstnání stráví podstatnou část dne a pracovní kariéra ovlivňuje do značné míry i kvalitu jejich života. V pracovním kolektivu se každý seznámí s novými lidmi, v zaměstnání si rozšíří své pracovní kompetence, získá nové pracovní zkušenosti a především dostává pravidelnou mzdu. Na druhé straně je nutné práci věnovat dostatek úsilí a času. Jak a jakou práci si najít, je proto zásadní otázka, kterou řeší většina z nás. Tato kapitola by vám měla pomoci si na ni zodpovědět a navíc ukázat, že zaměstnání nemusí být pouze monotónním docházením do práce, ale i činností, prostřednictvím které můžete realizovat své plány.

Cílem kapitoly je poskytnout praktické rady při budování profesní dráhy a představit instituce, na které se můžete obrátit v případě jakýchkoliv problémů spojených se zaměstnáním. Publikace podává zevrubný návod těm, kteří hledají práci, a poskytuje základní informace i těm, kteří jsou zaměstnáni. Brožura je rozdělena na dvě části. První se věnuje pracovnímu uplatnění v ČR, ve druhé najdete přehled pracovních možností v zahraničí.

PRÁCE V ČR

O výběru povolání se vyplatí přemýšlet s dostatečným předstihem dříve, než budete s touto situací bezprostředně konfrontováni. Ideální doba k tomu nastává ještě během studií. Mladý člověk má o prázdninách dost času nejen k tomu, aby si přivydělal na brigádě, ale aby i nabral zkušenosti v oboru, kterému by se chtěl v budoucnosti věnovat.

Jaké otázky si před hledáním práce promyslet:

- Jakou práci vlastně hledám?
- Co umím a co jsem schopen dělat?
- Kolik bych chtěl vydělávat?
- Co mne baví?
- Jakým činnostem bych se chtěl vyhnout?
- Chci pracovat mezi lidmi nebo sám?
- Chci pracovat ve velké společnosti nebo v menší firmě?
- Jaké jsou mé přednosti a jaká jsou má slabá místa?

Nemáte-li ve výběru povolání jasno, můžete se obrátit také na výchovného poradce, který působí na každé základní a střední škole a který pomáhá žákům a studentům s volbou budoucí kariéry.

O podobě své profesní dráhy si můžete udělat jasno i na následujících webových stránkách, které seznamují s náplní profesí a prostřednictvím kterých si můžete otestovat své pracovní předpoklady:

- Integrovaný systém typových pozic – <http://www.istp.cz>
- Průvodce světem povolání – <http://www.occupationsguide.cz>
- Vstup na trh práce – <http://www.vstupnatrhprace.cz>.

Postupem času je vhodné upřednostňovat dlouhodobé brigády, kterými budete moci zaplnit volné položky v životopisu. Nezřídka se stává, že dlouhodobá spolupráce vyústí v uzavření pracovní smlouvy. Student tak má zajištěný plynulý přechod mezi školou a prvním pracovním úvazkem. Pokud ale absolvent nenajde práci ihned po ukončení školy, stejně jako v případě, kdy člověk skončí v předchozím zaměstnání a nemá domluvený následující pracovní kontrakt, není třeba propadat panice. V mezichase je možné přihlásit se na úřadu práce a chodit na brigády. Kde práci hledat a za jakých podmínek se lze registrovat na úřadu práce, se dočtete v následující kapitole.

Kdy platí studenti pojištění

Zdravotní pojištění

Absolventi středních škol jsou vedeni jako studenti do 31. srpna roku, ve kterém úspěšně ukončili studium. Do té doby za tyto studenty platí zdravotní pojištění stát a rodiče mohou za děti pobírat sociální dávky jako dosud.

Absolventům vyšších, vyšších odborných a vysokých škol zůstává status studenta až do konce měsíce, který následuje po úspěšném dokončení studia. Pokud jim není více jak 26 let, mají placeno zdravotní pojištění státem. Od 26 let si ho musí hradit všichni.

Sociální pojištění

Na rozdíl od zdravotního pojištění není platba sociálního pojištění, pokud člověk není zaměstnaný, povinná. Do 18 let platí za všechny občany sociální pojištění stát. Doba studia na VŠ a VOŠ se nově do důchodu nezapočítává, a je proto na zvážení každého studenta staršího 18 let, zdali si chce sociální pojištění hradit, či ne.

Základní informace o platbě zdravotního pojištění získáte na pobočce své zdravotní pojišťovny. Sociální pojištění má na starost Česká správa sociálního zabezpečení, která za účelem informování veřejnosti provozuje síť klient-ských center a informačních linek. Více na <http://www.cssz.cz>.

Bližší údaje ke statusu studenta najdete na studentských portálech <http://www.studentskefinance.cz> a <http://www.kampomaturite.cz>.

Kde hledat práci a brigádu

Internet

V současnosti hledá nejvíce lidí práci přes internet. Je to pravděpodobně i nejefektivnější způsob, protože velká část pracovních nabídek se vyskytuje právě zde. Některé pracovní portály navíc uchazečům o práci umožňují vložit do databáze vlastní životopis a oslovit tak cíleně potenciálního zaměstnavatele. Na druhou stranu nabídky na webových stránkách nepokrývají všechny typy pracovních pozic, zvláště v případech krátkodobých brigád je třeba hledat jinde.

Portály s nabídkami práce:

<http://portal.mpsv.cz> -> v sekci Zaměstnanost -> Pro občany -> Hledání volných míst, <http://www.jobs.cz>, <http://www.prace.cz>, <http://jobdnes.idnes.cz>, <http://www.jobpilot.cz>, <http://www.sprace.cz>, <http://www.aprace.cz> (portál zaměřený na absolventy).

Kompletní seznam portálů naleznete na <http://www.icm.cz> -> v sekci Práce v ČR -> Pracovní poměr -> Kde hledat práci -> Internet.

Personální agentury

Nejjednodušší možností jak si najít brigádu, je oslovit personální agenturu. Existují agentury, které jsou zaměřené na zprostředkovávání práce pro studenty. U takové se stačí zaregistrovat, doložit potvrzení o studiu a pak už jen sledovat nabídky pracovních pozic na internetu nebo si je ověřit telefonicky. Jedná se většinou o krátkodobé práce na jeden den až několik týdnů, pro které se nepředpokládají zvláštní dovednosti. Jednotlivé pozice se tak přidělují těm, kteří projeví zájem jako první.

Databázi kontaktů na personální agentury najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Práce -> Personální agentury.

Personální agentury pro studenty

Pokud se uchazeč obrátí na personální agenturu s cílem získat práci na plný úvazek, postupuje agentura odlišným způsobem. Zájemce absolvuje v agentuře pohovor a dodá jí svůj životopis. Následně by měl dostávat od agentury pravidelné informace o odpovídajících postech. Agentury zveřejňují aktuální inzeráty na svých stránkách i na pracovních portálech, je proto možné se zúčastnit pohovoru, který se váže ke konkrétní pracovní pozici. Agenturní personalisté provedou mezi uchazeči předvýběr a úspěšní kandidáti postupují do dalšího kola, které již probíhá v dotyčné firmě. Více na <http://www.brigady.info>, <http://www.student.cz>, <http://www.azbrigady.cz>.

Personální agentury – <http://www.axial.cz>, <http://www.grafton.cz>, <http://www.manpower.cz>.

Seznam personálních agentur naleznete také na <http://www.personalniagentur.cz>.

Je agentura spolehlivá?

Podle zákona si agentury nesmějí za zprostředkování práce účtovat poplatky. Některé z nich však toto nařízení obcházejí a vybírají peníze za doplňkové služby. Ve velkém množství agentur tak bývá občas problém rozeznat ty kvalitní od těch méně seriózních. Pomocným klíčem k tomu může být povolení ke zprostředkování zaměstnání, které uděluje Ministerstvo práce a sociálních věcí. Databáze akreditovaných agentur je veřejně přístupná na <http://portal.mpsv.cz> -> v sekci Zaměstnanost -> Pro občany -> Agentury práce.

Denní tisk

Pročítání inzerátů v novinách může být dalším způsobem jak najít pracovní uplatnění. V denním tisku se můžeme setkat s nabídkami, které se běžně neobjevují na webových stránkách ani na vývěsce pracovní agentury. Inzerují se zde často neodborné či nekvalifikované pozice, pro které není nutné umět pracovat s počítačem nebo ovládat cizí jazyky. Najdete zde i nabídky krátkodobých úvazků a brigád.

Vedle toho se v novinách otiskují oznámení o výběrových řízeních na různé pozice ve školách, zdravotnických zařízeních nebo na úřadech státní správy.

Aktivní oslovování

Některé společnosti informaci o volném pracovním postu nezveřejňují a spoléhají se na vlastní okruh potenciálních zájemců. Vhodného kandidáta může navrhnout například současný zaměstnanec nebo ho může doporučit jiný kolega z oboru. Pokaždé je proto nutné se zeptat vlastních přátel a známých, zdali firma, ve které pracují, nehledá nové zaměstnance. Pokud vás váš známý doporučí, velmi pravděpodobně budete působit v očích personalisty důvěryhodněji než jako jeden z uchazečů ve výběrovém řízení. Své šance na přijetí zvýšíte i tím, že přímo oslovíte firmu, ve které byste rádi pracovali. Můžete se strejit do období, kdy společnost právě hledá nové pracovníky a váš aktivní zájem vám přinese body navíc. Upozornit na své pracovní zkušenosti můžete i prostřednictvím formuláře, který některé firmy zavedly na svých webových stránkách. V případě, že firma žádné volné místo nemá, velmi pravděpodobně si vás zařadí do databáze a přednostně vás kontaktuje při příštím výběrovém řízení. Vlastní iniciativa se osvědčuje i při hledání brigády, a to hlavně v období prázdnin, kdy zaměstnavatelé hledají dočasnou náhradu za pracovníky na dovolené.

Úřad práce

Hledáte-li zaměstnání v době, kdy již nestudujete nebo jste již opustili předchozí pracovní pozici, je vhodné se zapsat na úřad práce (ÚP). Nese to s sebou nesporné výhody. Na pravidelných schůzkách vám pracovníci úřadu pomohou se zprostředkováním práce a po určitou dobu budete dostávat podporu v nezaměstnanosti. Nárok na ni má ale pouze ten, kdo za poslední tři roky odpracoval alespoň 12 měsíců na pozici, u které odváděl sociální pojištění (pracovní poměr, dohoda o provedení práce nebo vlastní živnost). Stejná podmínka se vztahuje i na čerstvé absolventy, kteří se přihlásí na úřad práce po dokončení školy. Pokud v minulosti neodpracovali dostatečně dlouhou dobu, mohou požádat o jiné sociální dávky. Naopak pro všechny registrované platí, že po celou dobu, co jsou registrováni na úřadu, jim stát platí zdravotní pojištění a doba evidence se započítává do důchodového pojištění. Na úřadu práce budete mít také možnost využít personální poradenství, které je začleněno do služeb informačního a poradenského střediska na každém ÚP. Vybraným uchazečům úřad práce navíc hradí účast na rekvalifikačních a jiných vzdělávacích kurzech.

Uchazeč o zaměstnání musí na druhé straně s úřadem plně spolupracovat. Jeho základní povinností je docházet na konzultace, na kterých se dohodne s přiděleným pracovníkem. Probíhají jednou za jeden až dva měsíce na pobočce úřadu práce, ke které příslušíte podle místa trvalého bydliště. I kdybyste v té době bydleli ve velké vzdálenosti od místa trvalého bydliště, schůzky není možné přeložit jinam a je nutné docházet pouze na tento „mateřský“ úřad. Neúčast na nich je možné omluvit pouze ze zásadních (např. zdravotních) důvodů. Pracovník či pracovnice

úřadu s vámi budou na každém setkání probírat vaši aktuální situaci a doporučí vám několik volných míst. Pokud uzná za vhodné, vystaví vám na vybranou pozici tzv. doporučenku, na základě které se musíte zúčastnit výběrového řízení a svůj zájem o pracovní post si nechat potvrdit od zaměstnavatele. Během doby, kdy budete registrováni na úřadě, si navíc nebudete moci přivydělávat. Jakékoliv porušení těchto pravidel může vést k vyřazení z evidence a k ukončení pobírání veškerých výhod.

Databázi kontaktů na Úřady práce najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Práce -> Úřady práce.

Jak se na úřad přihlásit

Na úřadu práce se může zaevidovat každý, kdo není v pracovněprávním vztahu (nemá uzavřenou pracovní smlouvu nebo dohodu), nepodniká, nemá status studenta, nemá ani žádný jiný příjem jako nemocenskou či mateřskou a zároveň si chce najít zaměstnání. Nejlepší je přihlásit se ihned po skončení školy nebo dosavadního zaměstnání. Je také dobré vědět, že pokud člověk zažádá o zprostředkování zaměstnání do tří dnů od skončení předchozího pracovního poměru, bude zařazen do evidence zpětně ode dne po ukončení zaměstnání. V jiném případě bude zaregistrován v den podání žádosti. Registrace ovšem není povinná, ani pro ni neplatí žádné lhůty. Úřad práce působí v každém okrese a občan se může zaregistrovat pouze na pobočce, ke které přísluší podle místa trvalého bydliště. Při registraci na úřadu práce budete muset vyplnit několik formulářů, které získáte buď přímo na místě, nebo si je můžete stáhnout na portálu MPSV <http://portal.mpsv.cz> -> v sekci *Zaměstnanost* -> *Pro občany* -> *Formuláře ke stažení*. Na těchto stránkách také najdete soupis dokumentů, které je třeba při zaevidování předložit.

Seznam úřadů práce podle jednotlivých okresů – <http://portal.mpsv.cz> -> v sekci *Zaměstnanost* -> *Informace z úřadů práce*.

Informační a poradenská střediska při úřadu práce – <http://portal.mpsv.cz> -> v sekci *Zaměstnanost* -> *Pro občany* -> *Informační a poradenská střediska při ÚP*.

Jak postupovat při hledání práce

Při hledání zaměstnání je důležité kombinovat všechny dostupné způsoby. Nezapomeňte, že i když jste registrováni na úřadu práce, můžete shánět mís-

to samostatně a ještě při tom využít služeb personální agentury. Důležité je být při hledání aktivní a nespolehat pouze na to, co vám nabídnou zprostředkovatelé. V mezičase si můžete zvyšovat svou pracovní kvalifikaci i jinými způsoby. Zkuste se připravit na povolání, které vás zajímá, a ve volném čase se vzdělávejte. Můžete se zúčastnit školení či seminářů zaměřených na rozšiřování pracovních dovedností. Pokud vám chybí zkušenosti v oboru, můžete též oslovit vybranou firmu nebo organizaci s prosbou o přijetí na pozici stážisty či dobrovolníka. Kromě nové položky v životopisu, která se na každém pohovoru cení, získáte kontakty na osoby působící v oboru. Za stejně důležitou položku ve svém profilu považujte také zkušenosti z oblasti činností nestátních neziskových organizací, pokud se na nich podílíte. Znalosti, schopnosti a dovednosti nabyté při realizaci nárazových či pravidelných akcí mají svou cenu i na trhu práce.

Vhodný kurz nebo seminář si můžete vybrat z databáze na stránkách <http://www.kursy.cz> a <http://kurzy.edumenu.cz>.

Životopis a motivační dopis

Stalo se již běžným standardem, že zájemci o práci připojují ke svým odpovědím na inzerát životopis a motivační dopis. Jsou to dva základní prostředky, jak se v očích potenciálního zaměstnavatele zviditelnit. Důležité je najít rovnováhu mezi touhou vyniknout před ostatními uchazeči a požadavky na to, jak by oba dokumenty měly vypadat a co by měly obsahovat. Vhodným vodítkem pro psaní životopisu může být Europass (více viz str. 239), který je celoevropsky uznávaným dokladem o vzdělání, pracovních zkušenostech, jazykových znalostech a dalších kompetencích. Šablonu naleznete v příloze této publikace nebo si ji můžete volně stáhnout na stránce <http://www.europass.cz>.

Životopis

Pravidel pro tvorbu životopisu je mnoho, zde si uvedeme jen ty nejdůležitější:

- piště stručně a výstižně v bodech, životopis by neměl být delší než na 2 stránky
- řaďte položky v seznamu od nejaktuálnější po nejstarší
- uvádějte pouze pravdivé informace, nikdy si v životopise nevymýšlejte
- vyberte si jeden grafický formát a ten dodržujte v celém dokumentu
- životopis piště na počítači a soubor uložte v běžně používaných formátech (.doc, .rtf, .pdf).

Motivační dopis

Pro psaní motivačního dopisu neplatí na rozdíl od životopisu tak striktní pravidla.

Vždy je ale nutné mít na mysli jeho základní funkci – vysvětlit, proč se o danou pozici ucházíte, a popsat, jaké máte předpoklady pro její výkon. Z tohoto důvodu by měl být text jasný a výstižný a i gramaticky a stylisticky bezchybný. Motivační dopis se vždy adresuje konkrétní osobě (pokud ji znáte) a v případě e-mailové korespondence se vkládá do těla zprávy, nikoliv jako příloha.

Další rady k tvorbě životopisu a motivačního dopisu naleznete na stránkách Národního informačního centra <http://www.icm.cz> -> v sekci *Práce v ČR -> Personální poradenství*. Další informace jsou dostupné také na portálech věnujících se pracovní problematice – <http://poradna.jobs.cz>, <http://poradna.prace.cz>, <http://www.aprace.cz/poradna>.

Bezplatná profesní poradenství

Informační a poradenská střediska při úřadech práce – střediska poskytují zájemcům profesní poradenství, pomáhají žákům a studentům s volbou povolání a informují o možnostech kvalifikačního a profesního růstu. Střediska sídlí na každém



úřadu práce, své služby ale poskytují všem uchazečům o zaměstnání bez ohledu na to, zdali jsou evidováni na úřadu práce či nikoliv. Adresy jednotlivých úřadů je možné nalézt na stránkách MPSV <http://portal.mpsv.cz> -> v sekci *Zaměstnanost* -> *Informace úřadu práce*.

Občanské poradny

Poradny hájí zájmy občanů a poskytují poradenství v oblasti pracovněprávních vztahů a zaměstnanosti. V ČR působí 42 poradenských center a jejich seznam je dostupný na <http://www.obcanskeporadny.cz>.

Poradenské centrum Českého helsinského výboru

Nezisková organizace zřizuje poradnu pro občany, kteří mimo jiné řeší, jak se uplatnit na trhu práce a jak si najít zaměstnání. Poradenské centrum lze navštívit osobně v pražském sídle organizace <http://www.helcom.cz>.

Kappo

Centra pracovního a kariérního poradenství, která pomáhají s výběrem povolání a přípravou na pohovor. Tento program zřizuje organizace Člověk v tísni na podporu osob se ztíženým přístupem na trh práce s pobočkami v následujících městech: Praha, Plzeň, Ústí n. Labem, Liberec, Olomouc, Kladno, Chomutov, Sokolov, Bílina, Horšovský Týn, Nýřany.

<http://www.kappo.cz>

Národní informační centrum pro mládež (NICM)

Provozuje personální poradnu, která nabízí zdarma konzultace po telefonu, osobně či na webu <http://www.icm.cz> -> v sekci *Poradna* -> *Personální poradenství*.

Výchovní poradci

Profesní poradenství zajišťují na každé základní a střední škole výchovní poradci. Žákům a studentům pomáhají s výběrem povolání, zprostředkovávají diagnostické testy pro žáky se speciálními potřebami a spolupracují s informačními středisky úřadu práce a dalšími poradními institucemi. Rodiče, žáci a studenti můžou poradce navštívit většinou v budově školy během pravidelných konzultačních hodin nebo si s ním domluvit zvláštní schůzku. Více o jejich činnosti se můžete dozvědět na stránkách Asociace výchovných poradců <http://www.asociacevp.cz>.

Databázi organizací, které se zabývají poradenskými službami v oblasti práce, najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Práce -> Poradenské služby.

Poradenská centra při vysokých školách

Většina českých vysokých škol provozuje střediska bezplatného profesního poradenství. Obrátit se na ně mohou studenti a absolventi, kteří potřebují pomoc s volbou povolání, plánováním profesní kariéry nebo hledáním zaměstnání. Seznam zahrnuje centra na státních a veřejných vysokých školách. Kompletní výčet i s pracovišti na soukromých VŠ lze nalézt na stránce Asociace vysokoškolských poradců <http://www.asociacevsp.cz>.

Vysvětlivky:

KP – poradenské středisko sídlí v prostorách školy nebo provozuje vlastní kamennou pobočku, kterou lze navštívit v konzultačních hodinách nebo na základě předem sjednané schůzky s odborným pracovníkem

W – středisko poskytuje poradenské služby také prostřednictvím webových stránek

Česká zemědělská univerzita v Praze – KP

(Univerzita poskytuje profesní poradenství pouze studentům a uchazečům o studium se speciálními potřebami.)

Kontakt:

Poradenské středisko pro studenty ČZU se speciálními potřebami

Kamýčká 12/89, Praha 6 – Suchbátka

<http://www.ivp.czu.cz>

České vysoké učení technické v Praze – KP, W

Kontakt:

Kariérní centrum, CIPS

Bechyňova 3, Praha 6

<http://www.kariernicentrum.cz>

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích – KP

Kontakt:

Vysokoškolská psychologická poradna Pedagogické fakulty JU – Katedra pedagogiky a psychologie, Dukelská 9, České Budějovice

<http://www.pf.jcu.cz/stru/katedry/pgps>

Masarykova univerzita v Brně – KP, W

Kontakt:

Poradenské centrum MU

Komenského nám. 2, Brno

<http://www.rect.muni.cz/pcentrum>

Mendelova lesnická a zemědělská univerzita v Brně – KP

Kontakt:

Institut celoživotního vzdělávání – Poradenské centrum pro studenty

Zemědělská 5, Brno

<http://www.icv.mendelu.cz>

Policejní akademie ČR v Praze – KP

Kontakt:

Poradenské centrum

Lhotecká 559/7, Praha 4

<http://www.polac.cz>

Technická univerzita v Liberci – KP

Kontakt:

Akademická poradna TUL, Centrum dalšího vzdělávání

17. listopadu 584, Liberec

<http://www.tul.cz>

Univerzita Hradec Králové – KP

Kontakt:

Poradenské centrum UHK, budova č. 3 UHK

Hradecká 1227/4, Hradec Králové

<http://pdf.uhk.cz/poradenskecentrum>

Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem – KP, W

Kontakt:

Univerzitní poradenské centrum UJEP

Hoření 13, Ústí nad Labem

<http://upc.ujep.cz>

Univerzita Karlova v Praze – KP

Kontakt:

Informačně-poradenské centrum UK – profesní poradna

Školská 13a, Praha 1

<http://www.ipc.cuni.cz>

Univerzita obrany – KP

Kontakt:

Personální poradenství pro studenty – Oddělení personálního zabezpečení studentů

Kounicova 65, Brno

<http://www.vojenskaskola.cz>

Univerzita Palackého v Olomouci – KP

Kontakt:

Profesně poradenské centrum FF UP

tř. Svobody 26, Olomouc

<http://www.ppc.upol.cz>

Univerzita Pardubice – KP

Kontakt:

Informační a poradenské centrum FES

Studentská 84, Pardubice

<http://www.upce.cz/fes/ipc.html>

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně – KP

Kontakt:

Akademická poradna UTB ve Zlíně

nám. T. G. Masaryka 588, Zlín

<http://www.utb.cz>

Vysoká škola ekonomická v Praze – KP, W

Kontakt:

Rozvojové a poradenské centrum

nám. W. Churchilla 4, Praha 3

<http://rpc.vse.cz>

Vysoké učení technické v Brně – KP, W

Kontakt:

Institut celoživotního vzdělávání VUT – poradenství pro studenty

Kounicova 67a, Brno

<http://www.lli.vutbr.cz/poradenstvi>

<http://rpc.vse.cz>

Západočeská univerzita v Plzni – KP, W

Kontakt:

Informační a poradenské centrum ZČU – kariérové poradenství

Jungmannova 3, Plzeň

<http://www.zcu.cz/pracoviste/ipc>

Komerční profesní poradenství

Konzultace v oblasti personalistiky poskytuje také řada komerčních subjektů. Jejich seznam je dostupný v databázi <http://poradenstvi.edumenu.cz> nebo na rozcestníku <http://najisto.centrum.cz> -> v sekci *Práce a kariéra*. Poradny bývají též běžnou součástí personálních agentur. Seznam agentur rozříděný podle krajů najdete na <http://www.personalniagentury.cz>.

Na jaké inzeráty neodpovídat

V novinách, na internetu i na veřejných vývěškách se pravidelně objevují inzeráty, které lákají v první řadě na vysoký výdělek, aniž by specifikovaly, o jaký typ pracovní činnosti se jedná. Nezřídka text nabízí možnost práce z domova a volnou pracovní dobu. Za podobnými nabídkami se často skrývají neseřízní firmy, které chtějí zneužít nevědomosti lidí slyšících na krátká a jednoduchá hesla. Před odpovědí na jakýkoliv inzerát je proto třeba detailně pročíst celý jeho text a posoudit, zdali obsahuje všechny informace, které jsou běžnou součástí seriózní pracovní nabídky:

- jméno zaměstnavatele, popřípadě zprostředkovávající agentury a kontakt na ně
- popis a náplň práce
- místo působení
- jasné formulace bez nesrozumitelných zkratk.

DOBROVOLNICKÉ PROGRAMY

Firmy velmi často vyžadují po uchazečích o práci několikaletou zkušenost v oboru. Ač se stát snaží podporovat místa pro mladé absolventy prostřednictvím tzv. aktivní politiky zaměstnanosti, na trhu práce jsou stále ve velké míře upřednostňováni pracovníci s bohatou praxí. Pro čerstvé středoškoláky a vysokoškoláky tím vyvstává problém, jak a kde takovou praxi získat. Jedním z řešení může být účast na dobrovolnickém programu. Místa pro dobrovolníky vypisují především nestátní neziskové organizace. Jejich pole působnosti je značně široké. Jako dobrovolník můžete pomáhat osobám se zdravotním postižením, drogově závislým nebo příslušníkům etnických menšin. Můžete se ale zapojit i do obnovy lesa, pořádání festivalu nebo organizace vzdělávacích aktivit pro děti. Každá taková zkušenost se na pracovním trhu cení. V roce 2002 navíc v České republice vstoupil v platnost zákon o dobrovolnické službě, který dobrovolníkovi ulehčuje postavení. Zákon rozděluje dobrovolnictví na krátkodobou dobrovolnickou službu a dlouhodobou službu (delší než tři měsíce). Organizacím, které splní podmínky uvedené v zákoně, uděluje Ministerstvo vnitra ČR akreditaci. Ty uzavírají s dobrovolníkem smlouvu a vysílají ho do tzv. přijímací organizace. Akreditované organizace připravují též dobrovolníky na výkon služby formou zaškolení a poskytují jim super-vize. Dobrovolník, který působí v dlouhodobé dobrovolnické službě pod záštitou akreditované organizace a odpracuje alespoň 20 hodin týdně, může na úřadu práce požádat o podporu v nezaměstnanosti. Při splnění stejné týdenní kvóty má dobrovolník od státu hrazeno zdravotní pojištění a celková doba dobrovolnické služby se započítává do důchodového pojištění. Dobrovolník je také pojištěn proti škodám na zdraví a majetku, které vzniknou jemu osobně nebo které by mohl

neúmyslně způsobit dalším osobám. S výběrem akreditované organizace vám pomůže seznam Ministerstva vnitra, dostupný na adrese <http://www.mvcr.cz> -> v sekci Služby pro veřejnost -> Dobrovolnická služba.

Je možné, že v seznamu vámi vybranou organizaci nenajdete. Neznamená to ale, že pro ni dobrovolnou činnost nemůžete vykonávat. Zákon upravuje pouze podmínky pro státem podporovanou dobrovolnickou službu, nikoliv podmínky dobrovolnické činnosti obecně. Nemáte-li tedy o podporu ze strany státu zájem, nic vám nebrání dobrovolně pomáhat v jakékoliv jiné organizaci. Inspirací pro výběr dobrovolnické organizace vám může být Koalice dobrovolnických iniciativ, která sdružuje akreditované i neakreditované organizace z celé ČR. *Přehled členů Koalice získáte na stránce* <http://www.hest.cz>.

Aktuální příležitosti pro dobrovolníky se zveřejňují na stránkách <http://www.dobrovolnik.cz> a <http://www.neziskovsky.cz>.

Databázi kontaktů organizací, které pracují s dobrovolníky, najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Práce -> Dobrovolnictví.

REKVALIFIKACE

Další cestou, jak řešit svízelnou situaci po absolvování školy, kdy mladý člověk ještě nemá dost pracovních zkušeností, jsou rekvalifikační kurzy. Zájemce si díky nim může rozšířit svou kvalifikaci v oboru, ve kterém pracuje, nebo získat kvalifikaci pro výkon naprosto odlišného povolání. Rekvalifikační kurzy jsou zaměřeny především na praktické dovednosti, po kterých panuje velká poptávka na trhu práce. Podstatnou část kurzů představují manuální profese jako zedník, kadeřnice či aranžér. V nabídce rekvalifikací se ale nachází i kurzy pro správce počítačové sítě, účetní nebo turistické průvodce. Rekvalifikační kurzy nenahrazují klasické vzdělání ani jimi nejde vzdělání rozšířit na vyšší stupeň. Jedná se o formu zaučení, osvojení si základních postupů nutných pro výkon daného povolání. Rekvalifikace poskytují pouze ta vzdělávací a zdravotnická zařízení, která k nim obdržela akreditaci od českého ministerstva. Kurz si může zajistit každý sám, stačí oslovit příslušnou agenturu nebo vzdělávací instituci. Zájemci, který je zapsán na úřadu práce, jej může zprostředkovat samotný úřad. Pokud úřad uzná, že absolvování kurzu výrazně přispěje k možnosti získat zaměstnání, uhradí poplatek za rekvalifikaci a během jejího konání bude uchazeči vyplácet podporu v nezaměstnanosti.

Databáze akreditovaných institucí je dostupná na webové stránce ministerstva školství – <http://www.msmt.cz> -> v sekci Vzdělávání -> Rekvalifikace.

Vyhledávání rekvalifikačních kurzů podle oboru a okresu poskytují portály <http://www.rekvalifikace.com>, <http://www.azkurzy.cz> a <http://www.educity.cz>.

Databázi organizací poskytujících rekvalifikační kurzy najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Vzdělávání -> Organizace poskytující služby v oblasti vzdělávání -> Rekvalifikační kurzy.

TYPY PRACOVNĚPRÁVNÍCH VZTAHŮ

Přestože někteří zaměstnanci nebo brigádníci ponechávají starost o právní záležitosti pracovní činnosti na zaměstnavatelích nebo agenturách práce, vyplatí se o tuto oblast zajímat. Jen tak si budete jisti, že zaměstnavatel dodržuje všechny své povinnosti vůči vám a že vám neodepírá možnosti, na které máte ze zákona právo.

Každá práce by měla začít podpisem smlouvy nebo dohody, která upravuje závazek obou stran. Pracovat jen na základě ústní dohody rozhodně nelze doporučit, lehkoby se mohlo stát, že například nedostanete zaplacenou nebo budete nuceni vykonávat práci, na které jste se nedohodli. Před podpisem smlouvy nebo dohody je nutné si tento dokument důkladně pročíst a zkontrolovat, jestli obsahuje zásadní informace: identifikační údaje zaměstnance a zaměstnavatele, náplň práce a finanční ohodnocení za vykonanou práci.

V běžné řeči se pro krátkodobé pracovní úvazky používá označení brigáda. Tento termín však nemá žádné právní ukotvení a v zákoníku práce se nevyskytuje na žádném místě. Pod brigádou se ve skutečnosti mohou skrývat všechny tři formy pracovních vztahů – dohoda o provedení práce, dohoda o pracovní činnosti i pracovní smlouva sjednaná například na částečný úvazek nebo na dobu určitou.

Dohoda o provedení práce

Dohoda o provedení práce (DPP) se uzavírá většinou na krátkodobé pracovní zakázky. Počet odpracovaných hodin na tuto dohodu **nesmí přesáhnout 150 hodin ročně**. Zaměstnanec jich může uzavřít i několik najednou, ale u žádného ze zaměstnavatelů nesmí překročit stanovený hodinový limit. Z úvazku na DPP se neodvádí zdravotní ani sociální pojištění, výdělek je krácen pouze o 15% daň z příjmu. **To znamená, že zaměstnanec, za kterého neplatí zdravotní pojištění stát (např. student do 26 let) nebo jiný zaměstnavatel, si ho musí hradit sám.**

Dohoda o pracovní činnosti

Pro déle trvající pracovní úvazky mimo hlavní pracovní poměr je určena dohoda o pracovní činnosti. Lze ji ovšem sjednat **maximálně na poloviční úvazek** (20 hodin týdně). Pokud to není uvedeno výslovně v dohodě, zaměstnanci nevzniká na základě této dohody nárok na dovolenou ani na náhradu cestovních výdajů. Ze mzdy se kromě daně odvádí i částka na zdravotní a sociální pojištění. Výpověď může podat kterákoliv ze stran bez udání důvodu a dnem jejího doručení začíná plynout 15denní výpovědní lhůta.

Pracovní smlouva

Nejčastějším typem pracovního vztahu mezi zaměstnancem a zaměstnavatelem je pracovní poměr, který se uzavírá podpisem pracovní smlouvy. Ta, aby byla platná, musí být sepsána písemně a musí obsahovat následující údaje:

- přesné vymezení druhu práce, kterou bude zaměstnanec vykonávat
- místo výkonu práce
- den nástupu do práce
- identifikaci účastníků a jejich podpisy.

Další položky pracovní smlouvy nejsou ze zákona povinné, ale bývají její běžnou součástí:

- doba trvání pracovního poměru – pokud se ve smlouvě neuvádí datum ukončení, jedná se o smlouvu na dobu neurčitou
- zkušební doba – trvá maximálně tři měsíce, během jejího trvání může zaměstnanec či zaměstnavatel podat okamžitou výpověď bez udání důvodu
- výše mzdy – pro zaměstnance je výhodnější, pokud jsou mzdové podmínky uvedeny přímo ve smlouvě. V takovém případě může zaměstnavatel měnit výši mzdy pouze se souhlasem zaměstnance. Často ale bývají rozepsány zvlášť na tzv. mzdovém výměru, tehdy se písemný souhlas zaměstnance se změnou finančního ohodnocení nevyžaduje.

Je vždy ku prospěchu věci, obsahuje-li smlouva i další podmínky, na kterých se zaměstnanec se zaměstnavatelem dohodli. Některé z nich, jako je rozsah pracovní doby nebo délka dovolené, jsou často součástí tzv. kolektivní smlouvy, která upravuje zájmy zaměstnanců nad běžný pracovněprávní rámec. Ze mzdy v pracovním poměru se odvádí daň z příjmu, zdravotní a sociální pojištění. Výše těchto položek je individuální, a tak se ve smlouvě nebo mzdovém výměru hovoří vždy jen o hrubé mzdě. Jak vysoké budou částky strhávané ze mzdy, záleží mimo jiné na tom, zdali zaměstnanec podepíše prohlášení poplatníka daně (růžový formulář). Tento formulář je možné uplatnit vždy jen u jednoho zaměstnavatele za daný rok a na jeho základě se pracovníkovi uznávají různé slevy na dani (na poplatníka, na studenta,

na děti atd.). Kolik bude činit vaše čistá mzda, si můžete spočítat pomocí mzdové kalkulačky na informačním portálu <http://www.vyplata.cz> -> v sekci Výpočty nebo na stránkách <http://www.mesec.cz> -> v sekci Mzdy a důchod -> Mzda a plat.

Konec pracovního poměru

Výpověď

Nejběžnější formou ukončení pracovní smlouvy je podání výpovědi. Zatímco zaměstnanec tak může učinit bez udání důvodu, zaměstnavatel ji musí vždy zdůvodnit. Za situaci, které vyjmenovává zákoník práce (např. výpověď pro nadbytečnost), navíc náleží propuštěnému pracovníkovi odstupné ve výši několika měsíčních mezd. Ať už pracovní smlouvu vypoví kterákoliv ze stran, začíná první den měsíce následujícího po doručení výpovědi běžet dvouměsíční výpovědní doba.

Dohoda o rozvázání pracovního poměru

Pracovní poměr může být také ukončen vzájemnou dohodou zaměstnance a zaměstnavatele. Důvody pro rozvázání poměru se v této dohodě uvádí jen na přání zaměstnance. Pracovník opouští zaměstnání ke stanovenému datu a nevztahuje se na něj žádná výpovědní lhůta.

Okamžité zrušení

Zaměstnanec či zaměstnavatel může za výjimečných okolností stanovených zákoníkem práce sáhnout k okamžitému zrušení pracovního poměru. Pracovník tak může učinit v případě, že nedostal do 15 dnů po sjednaném termínu mzdu. Zaměstnavatel může tohoto prostředku využít tehdy, pokud by byl zaměstnanec pravomocně odsouzen pro úmyslný trestný čin k nepodmíněnému trestu odnětí svobody.

Zrušení pracovního poměru ve zkušební době

Zaměstnavatel i zaměstnanec mohou zrušit pracovní poměr ve zkušební době z jakéhokoliv důvodu nebo bez uvedení důvodu. Písemné oznámení o zrušení pracovního poměru má být doručeno druhému účastníku zpravidla alespoň tři dny předem dnem, kdy má pracovní poměr skončit.

Uplnutí pracovní doby sjednané u poměrů na dobu určitou

Pracovní poměr na dobu určitou je takový pracovní poměr, který je omezen buď do určitého data či po dobu trvání nějaké situace. Pokračuje-li zaměstnanec po uplynutí sjednané doby dále v konání prací s vědomím zaměstnavatele, platí, že se jedná o pracovní poměr na dobu neurčitou.

Více informací naleznete v zákoně č. 262/2006 Sb., zákoník práce, § 55 a § 56.

Minimální mzda

Pro všechny formy pracovních úvazků platí, že hrubá měsíční mzda musí dosahovat úrovně alespoň tzv. minimální mzdy. Její výši stanovuje stát a již pátým rokem se nemění – činí 8 000 Kč, tedy 48,10 Kč za hodinu při 40hodinové týdenní pracovní době. Aktuální sazbu minimální mzdy lze zjistit na webových stránkách Ministerstva práce a sociálních věcí <http://www.mpsv.cz> -> v sekci *Příjmy a životní úroveň* -> *Minimální mzda*.

Pracovní podmínky mladistvých

Zákoník práce bere zvláštní ohled na práce mladých lidí. Mladší 15 let a ti, kteří ještě nedokončili povinnou školní docházku, nesmí být podle zákona vůbec zaměstnání. Mladiství od 15 do 18 let mohou pracovat již na plný úvazek (40 hodin týdně), nikoliv však v noci nebo přesčas (maximálně 8 hodin denně). Nesmí vykonávat ani ta zaměstnání, ve kterých hrozí zvýšené riziko úrazu (například těžba v podzemí). Podle zákona je zaměstnavatel povinen mladému člověku do 18 let před uzavřením pracovní smlouvy zajistit lékařskou prohlídku a s pracovním poměrem musí souhlasit i zákonný zástupce. Mladí lidé ovšem častěji uzavírají pracovní dohody (DPP, DPČ), na které se tyto dvě podmínky nevztahují. Mladiství zaměstnanci musejí počítat i s odlišnou výší minimální mzdy, která odpovídá 80 % plné částky.

Podrobné informace k právní úpravě zaměstnaneckých vztahů lze nalézt na <http://www.studentskefinance.cz>, <http://www.vyplata.cz> a na <http://www.mpsv.cz> -> v sekci *Práce a právo*.

Poradenství ohledně pracovněprávních záležitostí poskytují bezplatně úřady inspekce práce, úřady práce a občanské poradny. Adresy jejich kontaktních míst naleznete na <http://www.suip.cz> a na <http://www.obcanskeporadny.cz>. Své dotazy můžete zasílat i do online poraden <http://poradna.finance.cz>, <http://www.personalni-poradna.cz> a <http://www.hledampraci.cz>.

PODNIKÁNÍ

Pokud si nechcete hledat klasické zaměstnání, můžete využít toho, co umíte a začít podnikat na vlastní pěst. Určitě je to svobodnější způsob práce, než když jste zaměstnancem – práci věnujete jen tolik času, kolik chcete, nemusíte plnit příkazy nadřízeného a nemáte pevně stanovenou pracovní dobu. Všechny tyto přednosti se ale rázem mohou stát přítěží, protože odpovědnost za chod firmy leží na vás a vaše podnikatelské plány se mohou rázem setkat s nezdarem.

Co promyslet před začátkem podnikání

Ještě než se rozhodnete vydat na podnikatelskou dráhu, měli byste si objasnit své plány. Nejdříve je nutné zhodnotit vlastní předpoklady a na jejich základě si stanovit obor a předmět podnikání. Je také potřeba odhadnout, zdali na trhu existuje dostatečná poptávka po vašich výrobcích či službách, a tomu přizpůsobit šíři produkce. Založení vlastní firmy také vyžaduje stanovit si, na jaké zákazníky se firma bude orientovat, jaký bude její průměrný obrát a jakým směrem se bude dál rozvíjet. Sestavit kompletní podnikatelský záměr není jednoduché, proto je dobré se v začátcích obrátit na jedno z informačních a poradenských center pro podnikatele. Zde získáte také informace o finanční podpoře pro začínající podnikatele od státu nebo od komerčních subjektů.

Seznam regionálních poradenských a informačních center, rozříděný podle krajů, je k dispozici na stránkách <http://www.businessinfo.cz>.

Pokud se rozhodnete pro podnikání, musíte splňovat čtyři základní podmínky: plnoletost, způsobilost k právním úkonům, bezúhonnost a nemít žádné dluhy na daních a pojištění. Další požadavky se odvíjejí od druhu provozované živnosti. U některých není potřeba splňovat žádné zvláštní nároky (tzv. živnosti volné, např. ubytovací služby nebo provoz kopírovacího centra), u jiných musíte prokázat odbornou způsobilost (tzv. živnosti řemeslné a vázané, např. kadeřnictví nebo autoškola). Pro výkon tzv. koncesních živností (např. provoz cestovní kanceláře) je nutné žádat o souhlas příslušný orgán státní správy. Pro určité činnosti naopak živnostenský list nepotřebujete. Pokud se rozhodnete věnovat tvůrčímu povolání, stačí se přihlásit na úřadech jako osoba samostatně výdělečně činná bez živnosti. Podle zákona do této kategorie spadají všechna autorská a nezávislá povolání jako herec, spisovatel nebo malíř. Živnostenské oprávnění nepotřebují ani rolníci, advokáti, tlumočníci či psychoterapeuti. Pro všechny osoby samostatně výdělečně činné ovšem platí povinnost platit daně z příjmu fyzických osob a podávat s ní související daňové přiznání. Živnostníci se mohou rozhodnout mezi dvěma variantami. Mohou si vést klasickou daňovou evidenci a dokládat všechny příjmy a výdaje nebo využít tzv. daňových paušálů, které slouží pro výpočet výdajů a daňového základu. Druhá možnost je pro živnostníky jednodušší a mnohdy i výhodnější, protože odváděnou daň si vypočítají jen na základě svých příjmů.

Další užitečné informace ohledně podnikání se můžete dočíst na <http://www.podnikatel.cz> a <http://www.ipodnikatel.cz>.

PRÁCE V ZAHRANIČÍ

Během letních prázdnin nebo krátce po absolvování střední a vysoké školy nastává období, které mladí lidé často vyplňují cestováním, poznáváním nových lidí a krajin (v anglickém jazyce se pro tuto životní etapu zžil termín *gap year*). Nežádka hledají nové životní a pracovní zkušenosti. Ideálním způsobem, jak tyto cíle skloubit a ještě si na svou cestu vydělat, může být pracovní pobyt v zahraničí. Mladí lidé si díky němu osvojí nové pracovní techniky, zdokonalí se v cizím jazyce a budou mít příležitost lépe poznat sami sebe. Nezáleží na tom, jestli budou pracovat v oboru, kterému se věnovali v minulosti, nebo nastoupí na první místo, které se jim nabídne – práce v zahraničí jim pomůže se dál lépe zorientovat na pracovním trhu a získají i cennou položku do životopisu. Touhu mladých lidí vycestovat do zahraničí za prací vyslyšelo i několik států, jako USA, Kanada a Nový Zéland, které jim prostřednictvím speciálních programů umožňují překonat byrokratické překážky a snadněji si nalézt práci. Stejnou skupinu klientů se snaží oslovit i komerční agentury, jejichž spektrum služeb sahá od poskytnutí základních informací o pracovních podmínkách až po zajištění pracovní pozice a ubytování ve vybrané zemi. Na pracovní pobyt do zahraničí se ale lze vydat i v pozdějším věku. Pro zájemce, který nasbíral určitou praxi ve svém oboru, to může být výjimečná příležitost, jak si prohloubit kvalifikaci. Zkušeným pracovníkům i těm, kteří se rozhodnou nespolehat na služby agentur a hledat si práci v zahraničí samostatně, pak mohou s hledáním vhodné práce pomoci vybrané mezinárodní instituce. Nové pracovní zkušenosti v zahraničí je ale možné získat nejen výdělečnou činností, ale i účastí v dobrovolnickém programu. Podrobnosti o jejich fungování, jakož i o výše zmíněných pracovních příležitostech v zahraničí, si představíme na následujících stránkách.

Doporučení k výběru práce v zahraničí

Výběr cílové země a pracovní pozice není radno podceňovat. Měli byste vzít v potaz, že budete žít v odlišném prostředí, ve kterém budete možná odkázaní jen sami na sebe. Navíc vaše představy o fungování zahraniční firmy se mohou zcela rozcházet s realitou. Ještě před tím, než odpovíte na inzerát nebo podáte přihlášku do pracovního programu agentury, je důležité se zamyslet nad těmito otázkami:

- Do jaké země chci jet a proč? Ovládám místní jazyk? Pokud ne, budu se moci s obyvateli dorozumět prostřednictvím jiného jazyka?
- Mám ve vybrané zemi přítele nebo známého, na kterého bych se mohl v případě problémů obrátit?
- Zním dostatečně kulturní prostředí této země? Pokud ne, mohu si o něm nalézt dostatek informací?

- Na jak dlouho chci do zahraničí jet? Můžu zde pobývat jen po dobu školních prázdnin nebo nemám žádná časová omezení?
- Jakou práci bych chtěl vykonávat? Hledám spíše sezonní práci, abych si přivydělal, nebo chci nastoupit na odbornou pozici?

Výdělek a životní náklady

Velkou roli v rozhodování o tom, do jaké země se vypravit za prací, hraje bezpochyby i to, jak vysoké jsou tamější mzdy. Je ovšem nutné počítat s tím, že v zemích s vyšším výdělkem bývají i vyšší životní náklady.

Při porovnávání mezd v různých státech není vhodné se orientovat podle průměrné mzdy. Tento údaj vám příliš nenapoví. Velmi často se můžete naopak setkat se situací, kdy většina zaměstnanců vydělává méně než je průměrná mzda. V zemích EU pobírá průměrnou mzdu zhruba třetina občanů, v mimoevropských zemích je tento nepoměr ještě vyšší. Výše vaší mzdy se bude odvíjet od vašich schopností, kvalifikace a zkušeností. Pokud budete v zahraničí vykonávat pouze nekvalifikovanou nebo dočasnou práci (např. v zemědělství), váš výdělek bude nízký a velmi pravděpodobně se bude blížit minimální mzdě. To samé platí pro účastníky agenturních programů, kteří nejčastěji zastávají pomocné pozice. Na vyšší mzdu dosáhnete pouze tehdy, pokud si budete hledat práci sami a získáte smlouvu na dlouhodobý pracovní poměr. V každé zemi budete také platit daň z příjmu a odvody na sociální a zdravotní pojištění. Jejich výše se liší podle zemí a také podle typu domácnosti – nejvyšší bývají u svobodného občana bez dětí, nejnižší sazbu platí rodiny s dětmi. V následující tabulce přinášíme srovnání minimálních mezd a úroveň zdanění ve vybraných zemích.

Země	Minimální měsíční mzda	Zdanění
Austrálie	2 280 AUD	22,0 %
Belgie	1 387,49 EUR (pro zaměstnance starší 21 let bez praxe)	41,5 %
Dánsko	Není stanovena	39,4 %
Finsko	Není stanovena	29,2 %
Francie	1 343,77 EUR	27,7 %
Irsko	8,65 EUR za hodinu	20,9 %
Island	Není stanovena	17,9 %
Itálie	Není stanovena	29,3 %
Japonsko	618–739 JPY za hodinu (v závislosti na regionu)	20,1 %
Kanada	8–10,25 CAD za hodinu (v závislosti na regionu)	22,8 %
Lucembursko	1 570,28 EUR (pro zaměstnance starší 18 let bez praxe)	26,4 %

Země	Minimální měsíční mzda	Zdanění
Maďarsko	73 500 HUF	38,2 %
Německo	Není stanovena	41,3 %
Nizozemsko	1 398,60 EUR	31,8 %
Norsko	Není stanovena	29,3 %
Nový Zéland	12,75 NZD (pro zaměstnance starší 18 let)	18,4 %
Polsko	1 317 PLN	24,3 %
Portugalsko	450 EUR	22,3 %
Rakousko	Není stanovena	32,7 %
Řecko	583,36 EUR	25,1 %
Slovensko	307,70 EUR	21,3 %
Španělsko	633,30 EUR	19,7 %
Švédsko	Není stanovena	25,3 %
Švýcarsko	Není stanovena	21,5 %
Turecko	760,50 TRY	27,2 %
USA	7,25 USD za hodinu	22,4 %
Velká Británie	5,93 GBP za hodinu (pro zaměstnance starší 21 let)	25,3 %

Pozn.: Třetí sloupec udává povinné odvody bezdětného a svobodného zaměstnance z průměrné hrubé mzdy a představuje součet daně z příjmu a příspěvku na sociální pojištění. Údaj nezohledňuje daňové odvody zaměstnavatele.

Zdroj: OECD – Minimum wages at current prices (2010), OECD – ‘All-in’ average personal income tax rates (2009)

Vedle informace o výdělku je nutné si zjistit, jaké budou vaše životní náklady. V zemích s vyššími příjmy bývají obecně drahé služby. Velkou část příjmů utratíte tedy za bydlení a případné dojíždění. Nájemné se většinou platí dopředu a při sepisování smlouvy je třeba složit kauci ve výši jednoho nebo i několika měsíčních nájmu. Někteří zaměstnavatelé zajišťují zvláště sezonním pracovníkům ubytování nebo jim aspoň pomáhají s jeho hledáním. Jedná se o jednoduché, cenově přijatelné bydlení ve společných domech, ubytovnách nebo karavanech.

Informace o životních nákladech v zemích Evropské unie najdete na Evropském portálu pracovní mobility <http://eures.europa.eu> -> v sekci *Život a práce*. Informace o cenách v různých zemích světa můžete získat na stránce <http://www.numbeo.com> (v angličtině), která umožňuje vytvořit si srovnávací statistiku mezi několika městy.

Samostatné hledání práce

Pro zaměstnance je výhodnější si hledat pracovní post v zahraničí samostatně. Má možnost komunikovat se zaměstnavatelem, může si udělat lepší obrázek o pracovní náplni a neplatí agentuře poplatky za asistenční služby. Samostatný postup ovšem také vyžaduje větší osobní nasazení a trpělivost, protože cesta k zaměstnání je pro žadatele ze zahraničí komplikovanější. Podstatnou roli při shánění práce hraje také fakt, zdali si najdete místo ještě před odjezdem nebo si jej budete hledat až v cílové zemi. Obecně platí, že práce dohodnutá předem přináší několik pozitiv. Po příjezdu nebudete vystaveni přílišnému stresu a nebudete muset prožívat období finanční nejistoty. Na druhou stranu díky shánění práce na místě získáte přístup k většímu množství inzerátů, budete mít možnost přímo oslovit zaměstnavatele a účastnit se přijímacích pohovorů.

Kde a jak hledat práci

Stejně jako v případě ČR se v současnosti nachází největší nabídka zahraničních pracovních pozic na internetu. Existují všeobecné mezinárodní portály s databázemi volných míst v různých zemích světa a ve všech možných profesích. Je možné se setkat i s vyhledávacími specializovanými na konkrétní obory (IT, medicína) nebo cílové skupiny (čerství absolventi škol). Nejkomplexnější přehled nabízí většinou národní pracovní portály, na kterých se zveřejňují volná místa v dané zemi. Ty často umožňují nahrát si zde životopis a vytvořit si vlastní uchazečský profil. Podobné služby nabízí i nově se rozšiřující sociální sítě zaměřené na výměnu profesních kontaktů.

Všeobecné portály – výběr (stránky jsou v angličtině)

<http://www.jobsabroad.com>, <http://www.jobofmine.com>, <http://www.monster.com>,
<http://www.careerbuilder.com> (stránky jsou v angličtině)

Specializované portály (stránky jsou v angličtině)

- Sezonní práce
<http://www.farming.co.uk>, <http://www.summerjobs.com>, <http://www.pickingjobs.com>,
<http://www.summercampsjobs365.com>, <http://www.gapyearjobs.co.uk>
- Pracovní pozice pro absolventy
<http://www.prospects.ac.uk>, <http://www.eurograduate.com>
- Live-in pobyty (práce v hostelech s možností ubytování)
<http://www.workabout.uk.com>, <http://www.caterer.com>, <http://www.workinapub.co.uk>

Národní portály (stránky jsou v angličtině)

Austrálie – <http://jobsearch.gov.au>, <http://www.jobs.com.au>
 Francie – <http://www.pole-emploi.fr>, <http://www.cadremploi.fr>
 Irsko – <http://www.fas.ie>, <http://www.irishjobs.ie>
 Kanada – <http://www.jobbank.gc.ca>, <http://www.canadajobs.com>
 Německo – <http://www.arbeitsagentur.de>, <http://www.jobrobot.de>

Nový Zéland – <https://jobs.govt.nz>, <http://www.seek.co.nz>

Španělsko – <http://www.redtrabaja.es>, <http://www.expansionyempleo.com>

USA – <http://www.employment.com>, <http://www.jobs.com>

Velká Británie – <http://jobseekers.direct.gov.uk>, <http://www.jobs.co.uk>.

Pozn.: Zřizuje-li vláda v dané zemi databázi volných míst, je v seznamu takový portál uveden na prvním místě.

Sociální sítě (stránky jsou v angličtině)

<http://www.linkedin.com>, <http://www.viadeo.com>, <http://www.xing.com>

Podrobný přehled zahraničních pracovních portálů seřazených podle zemí i oborů naleznete na stránkách <http://www.icm.cz> -> v sekci *Práce v zahraničí* -> *Samostatné hledání práce* -> *Databáze a vyhledávače*.

Hledat si práci je možné i prostřednictvím novin, ve kterých vychází specializované přílohy o zaměstnání a kariéře. Velká část periodik je přístupná též v elektronické podobě, tudíž nejjednodušší možností je začít na jejich webových stránkách. Pří-
mé oslovení zaměstnavatele lze doporučit spíše těm, kteří si shánějí místo až po příjezdu do země a dobře ovládají místní jazyk.

Až budete odpovídat na inzerát, který vás zaujme, mějte na paměti, že v každé zemi mohou existovat jiná pravidla pro podávání žádosti o zaměstnání. Je velmi pravděpodobné, že se od vás bude očekávat zaslání strukturovaného životopisu a motivačního dopisu krátce zdůvodňujícího váš zájem o nabízenou pozici. Odlišnosti mohou panovat v předpokládané délce dopisu (půl nebo dvě strany), stupni jeho formálnosti nebo ve formátu životopisu (s fotkou či bez). Před zasláním těchto dokumentů je proto vhodné, abyste si ověřili, jakým stylem se zasílá odpověď na pracovní inzerát a jaké náležitosti by měly obsahovat příložené dokumenty. Instrukce naleznete například na webových stránkách místních úřadů práce nebo pracovních agentur.

Pokud se budete hlásit na pracovní místo v EU, můžete se při psaní životopisu řídit obecně uznávaným vzorem, tzv. Europassem. Tato šablona, kterou naleznete také v příloze této publikace, zahrnuje několik dokladů o vzdělání, jazykových znalostech, pracovních zkušenostech atd. Je možné, že po vás budoucí zaměstnavatel bude požadovat doklad o nejvyšším dosaženém vzdělání. K takovému účelu slouží tzv. dodatek k diplomu, který v anglickém jazyce popisuje český vzdělávací systém a informuje o studijních výsledcích absolventa. České vysoké školy jej vydávají od roku 2006 automaticky společně s diplomem. Absolvent střední nebo vyšší odborné školy ho může získat na požádání, a to i zpětně.

Další osvědčení bude potřeba předložit v případě, že budete chtít v zemi pobytu vykonávat jedno z tzv. regulovaných povolání. Jedná se obecně o profese, pro jejichž výkon je potřeba mít určité kvalifikační předpoklady (lékař, architekt, učitel, zedník ad.). Odbornou kvalifikaci je potřeba si nechat schválit místní institucí, kterou bývají nejčastěji příslušná ministerstva nebo profesní komory. Tyto orgány potom rozhodují, jestli máte dostatečné vzdělání a dostatečnou praxi pro danou profesi, a tudíž jestli vám bude uděleno povolení k jejímu výkonu.

Europass – <http://www.europass.cz>

Dodatek k diplomu – <http://www.bologna.msmt.cz>, <http://www.europass.cz>

Naric – Centrum pro studium a uznávání vysokoškolských kvalifikací – <http://www.naric.cz>

Evropské státy

V zemích Evropské unie (EU)⁷, Evropského hospodářského prostoru (EHP)⁸ a ve Švýcarsku funguje systém tzv. *Evropské služby zaměstnanosti* (*Eures* <http://portal.mpsv.cz/eures>), který jejich občanům podstatně ulehčuje pracovní mobilitu. Eures má své pobočky na úřadech práce, kde speciálně vyškolení pracovníci poskytují poradenství a informace pro zájemce o práci v jiné evropské zemi. Eures provozuje i webovou platformu svých služeb, Evropský portál pracovní mobility. Jeho hlavní předností je volně přístupná databáze volných míst, která jsou zvlášť prověřována místními úřady práce. Na portálu si každý může vytvořit vlastní profil a nalézt zde detailní informace o pracovních podmínkách v jednotlivých zemích EU a EHP – od doporučených způsobů hledání práce přes pracovní právní specifika až ke kontaktům na důležité instituce. Portál je provozován ve dvou verzích. Na společné evropské verzi se vyskytují pracovní nabídky otevřené občanům všech zemí, na české podobě portálu jsou zveřejňovány inzeráty určené zvlášť českým pracovníkům.

Evropský portál mobility – <http://eures.europa.eu> (v angličtině)

Česká verze – <http://eures.cz> (<http://portal.mpsv.cz> > v sekci *Eures*), zde je k dispozici i seznam Eures poradců

⁷ Členské země EU: Belgie, Bulharsko, Česká republika, Dánsko, Estonsko, Finsko, Francie, Irsko, Itálie, Kypr, Litva, Lotyšsko, Lucembursko, Malta, Maďarsko, Německo, Nizozemsko, Polsko, Portugalsko, Rakousko, Rumunsko, Řecko, Slovensko, Slovinsko, Spojené království, Španělsko, Švédsko.

⁸ Evropský hospodářský prostor tvoří země EU a Island, Lichtenštejnsko a Norsko.

Formality

V evropském prostoru mají všichni občané členských zemí právo volného pohybu. Donedávna však ještě několik zemí uplatňovalo vůči novým zemím EU včetně ČR tzv. přechodné podmínky, na základě kterých bylo v těchto státech potřeba žádat o pracovní povolení. Dnem 30. 4. 2011 by však tato opatření měla být zrušena a čeští občané by tak měli získat rovnocenný přístup na pracovní trh i v těch zemích, které ho doposud regulovaly – tj. v Německu, Rakousku, Švýcarsku a Lichtenštejnsku. Jedinou výjimku tvoří Malta, kde se pracovní povolení vydávají automaticky na základě žádosti zaměstnavatele. V jiných zemích je potřeba se registrovat pro účely zaměstnání. Příkladem je Velká Británie, kde je nutné se během prvního měsíce přihlásit do programu *Worker Registration Scheme*. Pokud budete pobývat v evropské zemi déle než tři měsíce, je také nutné se registrovat k pobytu. Příslušné úřady po vás za tímto účelem mohou chtít předložit doklad o zaměstnání, studiu nebo i důkaz o tom, že máte zdravotní pojištění a dostatek financí. Na jaké konkrétní úřady je potřeba se po příjezdu obrátit, se dozvíte z informační sekce Život a práce v EU/EHP na portálu Eures <http://portal.mpsv.cz> -> v sekci Eures.

Odlišnosti mezi jednotlivými zeměmi panují i v systému **zdravotního a sociálního pojištění**. K ulehčení situace pracovníků, kteří vyjíždějí za prací do zahraničí, bylo v Evropě zavedeno několik společných pravidel. Pracovník se řídí systémem zdravotního a sociálního pojištění vždy pouze jednoho státu. Není proto přípustné například pobírat dávky v nezaměstnanosti ve dvou státech najednou, je však možné nechat si podporu posílat do jiného státu, kde právě hledáte zaměstnání. Pokud se po ukončení pracovního poměru vrátíte do ČR, započítá vám místní úřad práce období, kdy jste byli zaměstnáni, do odpracované doby. Stačí, když si od zaměstnavatele v zahraničí necháte potvrdit **formulář „E 301“**, který potvrzuje dobu pojištění v jiném členském státě a slouží jako ekvivalent zápočtového listu. O formulář lze požádat na úřadu práce v zemi, ve které jste pracovali. Do jiného státu EU a EHP můžete vyjet s českým zdravotním pojištěním. Jakmile ale začnete pracovat, je vaší povinností to oznámit české pojišťovně a z českého zdravotního pojištění se odhlásit. Během pobírání nemocenských dávek je možné si zajistit také jejich přesun ze státu, ve kterém vám na ně vznikl nárok, do ČR.

Pokud se rozhodnete pracovat v zemi EU při studiu, tedy máte-li v ní oficiální status studenta, budou se na vás vztahovat stejné podmínky jako na práci místních studentů. Většina členských států EU studentům umožňuje pracovat, ale často pouze na zkrácený úvazek. Nizozemsko povoluje studentům pracovat 10 hodin týdně, Dánsko umožňuje o 5 hodin více a ve Francii je práce studentů omezena na poloviční úvazek. V Belgii je toto omezení pouze obecného charakteru a stanovuje, že práce nesmí bránit při studiu. Ve Velké Británii, Irsku a v některých severských zemích mohou studenti pracovat neomezeně.

Instituce, které poskytují informace o podmínkách zaměstnávání v EU:

- Eures <http://portal.mpsv.cz/eures>
- Centrum mezistátních úhrad <http://www.cmu.cz>
- Solvit <http://www.mpo.cz/solvit>
- Eurocentra <http://www.euroskop.cz>
- Europe Direct <http://www.europe-direct.cz>

Mimoevropské státy (USA, Austrálie, Nový Zéland, Kanada)

Sehnat si samostatně práci v zemi mimo EU bývá obvykle komplikovanější než v rámci EU. Před odjezdem je nutné si vyřídit velké množství různých formalit. Většina evropských států požaduje vízum, pracovní povolení nebo i doložení pracovní smlouvy s budoucím zaměstnavatelem. V následujících zemích mají ale mladí lidé ulehčenou pozici, protože zde mohou využít speciálních programů, které jim usnadňují vstoupit na pracovní trh.

USA

Nejnámějším pracovním programem je Work & Travel, který umožňuje studentům VŠ a VOŠ vyjet až na pět měsíců do Spojených států amerických. Práci je možné se věnovat až čtyři měsíce, zbytek pobytu mohou mladí lidé využít podle vlastního uvážení, tedy nejčastěji cestováním po USA. Zúčastnit se tohoto programu je ale možné jen prostřednictvím české akreditované agentury, která mladým lidem pomáhá s vyřízením pracovního víza. Bližší informace proto najdete v následující kapitole o nabídkách pracovních agentur.

Pokud byste chtěli v USA pracovat delší dobu nebo nesplňujete podmínky programu Work & Travel, můžete požádat o odlišný typ pracovního víza. Velmi rozšířenou kategorií viz je typ s označením H-2A a H-2B, která se vydávají na jeden rok a která jsou určena sezonním pracovníkům nebo těm, kteří jedou vykonávat práci dočasného charakteru. Nutné je ale mít sjednanou pracovní pozici ještě před odjezdem. Všechny formální náležitosti si můžete zařídit sami nebo vám s nimi může pomoci česká agentura. Jejich seznam naleznete na stránkách <http://www.icm.cz> -> v sekci Práce v zahraničí -> Pracovní programy agentur.

Informace o celém vízovém procesu a dalších typech pracovních viz vám poskytne:

Velvyslanectví USA v Praze <http://czech.prague.usembassy.gov>, Úřad pro konzulární otázky USA <http://travel.state.gov> (v angličtině) nebo informační stránka <http://www.workpermit.com> (v angličtině).

Austrálie

Pokud se vydáte za prací do Austrálie, budete potřebovat vízum s pracovním povolením. Austrálie v současné době nenabízí českým občanům žádný program na sezonní práce, velmi populární se ovšem mezi mladými lidmi stala kategorie stu-

dijně-pracovních víz. Ta jsou určena primárně pro studijní pobyt, v rámci kterého může student pracovat 20 hodin týdně, o školních prázdninách pak neomezeně. Práci si většina účastníků hledá až na místě, nejčastěji na pomocných pozicích v turistickém ruchu. Vhodnou školu je možné si vybrat samostatně nebo využít nabídky zprostředkovatelských agentur. Doklad o zaplacení jazykového nebo odborného kurzu je ale nutné přiložit již k žádosti o vízum. Celkové náklady na půlroční studijní a pracovní pobyt v Austrálii se tak po přičtení poplatku za vízum, letenku a pojištění mohou vyšplhat na částku přesahující 100 tisíc Kč. Výhodou je na druhou stranu fakt, že o vízum s pracovním povolením mohou požádat i rodinní příslušníci studentů. Pro vydávání ostatních typů pracovních víz platí přísnější podmínky. Mohou je získat například odborníci v oboru, který je Austrálii nedostatkový, obchodníci a investoři nebo mimořádně talentovaní jedinci.

Přehled agentur, které zprostředkovávají studium a práci v Austrálii, je dostupný na stránkách <http://www.icm.cz> -> v sekci *Práce v zahraničí* -> *Pracovní programy agentur* nebo na webu <http://www.study-in-australia.org>. Detaily o vízové proceduře obdržíte na stránkách australské ambasády ve Vídni <http://www.australian-embassy.at> (v němčině).

Nový Zéland

Nový Zéland nabízí mladým lidem od 18 do 30 let možnost získat krátkodobé pracovní vízum v rámci programu Pracovní prázdniny (*Working Holiday Scheme*). Vízum se vydává primárně za účelem turistiky, je proto možné pracovat nejdéle tři měsíce pro jednoho zaměstnavatele a vykonávat pouze příležitostnou práci. Brigády na farmách nebo v hotelích, které jsou mezi cestovateli nejoblíbenější, se většinou shání až na místě, proto ani novozélandské úřady nepožadují mít pozici sjednanou před odjezdem. Povinností žadatele o účast v programu je doložit dostatečný finanční obnos na zaplacení zpáteční letenky a na pokrytí životních nákladů. Vízum je platné jeden rok a pokud prokážete, že jste za svého pobytu pracovali v zemědělství, je možné ho na další tři měsíce prodloužit. Překračujete-li věkové omezení programu, nabízí se vám i jiné krátkodobé pracovní programy. Jejich přehled je uveden na stránkách Úřadu pro imigraci <http://www.immigration.govt.nz> (v angličtině), kde se dozvíte i bližší informace o programu Pracovní prázdniny.

Kanada

Kanada každý rok vypisuje přes tisíc volných míst pro mladé lidi z ČR, kteří tam chtějí odjet za pracovními zkušenostmi. Program s názvem „*Zažijte Kanadu*“ umožňuje českým občanům ve věku od 18 do 35 let pracovat jeden rok na odborné nebo příležitostné pracovní pozici. Vízum a pracovní povolení mohou získat zájemci ve čtyřech kategoriích: zahraniční stáž pro absolventy, kariérní růst, stáž v rámci studia a pracovní prázdniny. Na jeden z prvních tří typů programu se lze hlásit pouze tehdy, když má mladý člověk písemně přísliben pracovní post předem. U kategorií stáží je pak nutnou podmínkou být studentem VŠ nebo VOŠ, respektive jejím absolventem. Kategorie Pracovní prázdniny je určena těm, kteří

chtějí během pobytu více cestovat a poznávat zemi, jako jediná proto nabízí možnost hledat si práci až po příjezdu a měnit zaměstnavatele. Programu se můžete zúčastnit celkem dvakrát, pokaždé ale v jiné kategorii. Vízum navíc nelze prodlužovat a po jeho vypršení je nutné se vrátit do ČR. Pokud byste se rozhodli do Kanady vycestovat, navštivte stránky <http://www.canada.cz>, na kterých se dočtete všechny nezbytné informace o udělování víz a kde najdete i seznam kanadských pracovních portálů.

PRÁCE ZPROSTŘEDKOVANÁ AGENTURAMI

Hledání práce v cizím prostředí bývá často komplikované. Budete-li si chtít situaci ulehčit, můžete se obrátit na jednu z agentur zprostředkovávajících pracovní programy v zahraničí. Podle pravidel některých států to je ostatně i jediný způsob, jak se do vybraného programu přihlásit. Cena za účast na programu závisí na rozsahu služeb, které budete od agentury vyžadovat. Základní balíček nejčastěji zahrnuje poskytnutí informací o pracovních podmínkách v zemi a pomoc s vyřizováním víza a pracovního povolení. Spolehnete-li se ve všem na agenturu, můžete očekávat, že kromě formálních náležitostí vám agentura zajistí ubytování a zprostředkuje zaměstnání.

Databázi agentur, které zprostředkovávají práci v zahraničí, najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Práce -> Práce v zahraničí.

Kvalita služeb jednotlivých agentur je velmi kolísavá. Některé z nich nejednají seriózně a pod slibem zprostředkování práce a ubytování se u nich skrývá pouhý seznam odkazů na inzertní stránky. Při výběru agentury je proto důležité se řídit následujícími pravidly:

- Zjistěte si o agentuře co nejvíce informací – začněte v sekci kontaktů na webových stránkách; podívejte se do obchodního rejstříku, kdo je jejím vlastníkem <http://www.justice.cz/or> a zkuste najít na internetu zkušenosti jiných klientů.
- Ověřte si, zdali má agentura povolení pro zprostředkování práce v zahraničí od Ministerstva práce a sociálních věcí – registr licencovaných agentur naleznete na stránkách <http://portal.mpsv.cz> -> v sekci Zaměstnanost -> Pro občany -> Agentury práce.

- Před podpisem smlouvy si detailně pročtěte, k jakým službám se agentura zavazuje. Rozhodující je pouze to, co je uvedeno ve smlouvě, ač se to může kompletně rozcházet s tím, co jste se dočetli v propagačních materiálech.
- Nikdy neplatěte za služby, jejichž splnění nemáte podloženo písemně. Neposílejte agentuře peníze předem a neplatěte za informace, které si můžete dohledat sami.

Druhy agenturních programů

Pracovní programy agentur se liší svou délkou, pracovním zaměřením a zemí působení. U některých jsou předem stanoveny podmínky účasti, jiných se může zúčastnit kdokoliv bez ohledu na věk a zkušenosti.

Obecné programy, stáže a sezonní práce

Nejčastějším typem jsou obecné programy pro širokou skupinu klientů. Bývají označovány jako **Work Experience** nebo **Work Placement** a umožňují komukoliv (většinou) od 18 let vyjet do vybrané země a pracovat zde šest měsíců až dva roky. Nabídka pracovních možností je široká a záleží pouze na vás, čemu byste se chtěli věnovat. Nejčastěji se jedná o práci v restauracích, obchodech, nemocnicích či továrnách. Pokud jsou tyto programy zaměřeny na specifický obor (informatika, hoteliérství či ekonomické obory), agentury je často prezentují jako **pracovní stáž (Internship)**. Účastnit se jich mohou většinou studenti nebo absolventi daného oboru do 30 let, kteří ovládají jazyk hostitelské země. Agentury vybírají posty vždy individuálně podle aktuálního stavu na trhu práce a ve většině případů se jedná spíše o malé firmy, které platí účastníkovi programu jen minimální mzdu.

Vyhledávaným typem programů jsou **sezonní práce**, které nabízejí mladým lidem do 30 let možnost pracovat během letního období v turistickém ruchu nebo v zemědělství. Probíhají nejčastěji v evropských zemích, ve kterých není potřeba žádat o pracovní povolení. Je nutné počítat s tím, že sbírat ovocné plody nebo obsluhovat hosty v restauraci bývá fyzicky náročné. Jedná se pouze o manuální práci a mzda se na těchto pozicích často vypočítává z odvedené práce. Na sezonní práce lze ale prostřednictvím agentury vyjet do Kanady nebo na Nový Zéland, kde existují výše zmíněné speciální pracovní programy pro mladé. Pomoc agentury zde spočívá především v asistenci při vyřizování víza a povolení.

Chcete-li pracovat v zemědělství nebo v cestovním ruchu a nemáte zájem o asistenci zprostředkovatelské agentury, můžete využít jeden z pracovních portálů uvedených v kapitole Samostatné hledání práce.



Au-pair

Populárním se stal i program au-pair, v rámci kterého žije mladý člověk v zahraniční rodině několik měsíců až jeden rok a pomáhá jejím členům s každodenními záležitostmi – s hlídáním dětí, úklidem či vařením. Po kandidátovi se proto vyžaduje, aby měl zkušenost s těmito činnostmi, ovládal místní jazyk a podle zvyklostí i řidičský průkaz. Au-pair bydlí s rodinou v jedné domácnosti, stravuje se s ní a dostává od ní kapesné (v průměru 320–400 eur měsíčně), někdy má hrazený i jazykový kurz. Ač ve většině případů rodiny dávají přednost dívkám, v poslední době se objevují i nabídky pro chlapce.

Program au-pair vám pomůže zprostředkovat i zahraniční agentura. Její výběr vám usnadní mezinárodní asociace au-pair agentur IAPA <http://www.iapa.org> (v angličtině). Budete-li si chtít program au-pair zajistit samostatně, pomůžou vám v hledání hostitelské rodiny následující portály <http://www.aupair.com> (v angličtině), <http://www.findaupair.com> (v angličtině) nebo <http://www.aupair-world.net> (v angličtině). Podrobný přehled vyhledávačů najdete na Evropském portálu pro mládež <http://europa.eu/youth> (v angličtině)-> v sekci Práce.

Work & Travel USA

Jak z názvu vyplývá, tento program se týká výlučně práce ve Spojených státech amerických. Zavedla jej americká vláda pro mladé lidi ve věku od 18 do 30 let,

kteří chtějí pracovně strávit léto v USA a ještě věnovat čas poznávání zdejšího života. Program probíhá od května do listopadu a je určen pouze studentům vysokých a vyšších odborných škol. Trvá maximálně 150 dnů, přičemž pracovat lze jen 120 dnů, zbytek času může každý účastník využít podle svého uvážení. Pracovní pozice, které je možné v rámci Work & Travel zastávat, jsou předem určeny, ale jejich okruh je pestrý. Od práce v restauracích a sportovních zařízeních po zaměstnání v zábavních centrech a přírodních parcích. Vízum pro tento program je možné získat jen na základě potvrzení, které udělují americké instituce prostřednictvím lokálních partnerů. Zúčastnit se programu proto lze jen za asistence české agentury, která vám může pomoci i se zprostředkováním práce. Zaměstnavatele si můžete hledat i sami, v každém případě je ale nutné mít zajištěnou pozici ještě před odjezdem. Během pobytu pak lze práci změnit nebo pracovat pro více zaměstnavatelů najednou.

Kromě částky za servis agentury jsou s programem spojeny i další poplatky. Jejich aktuální výši zjistíte na stránkách americké ambasády věnované programu Work & Travel <http://czech.prague.usembassy.gov> -> v sekci Víza do USA -> *Nepřistěhovalecká víza*.

Práce a studium (Work & Study)

Agentury často nabízejí také program, který kombinuje práci a studium cizího jazyka. Jazykové kurzy v zahraničí bývají drahou záležitostí, a tak je toto spojení vhodným řešením pro ty, kteří si na studium chtějí vydělat. Pro výpravu za prací do Austrálie je tento program zároveň nejjednodušší volbou, protože stanovuje nejméně přísná pravidla pro získání pracovního víza. Studenti zde však mohou pracovat jen omezený počet hodin týdně (podrobnosti o Práci a studiu v Austrálii přinášíme v kapitole o samostatném hledání práce v zahraničí). V jiných zemích, kde tento program není svázán s vízovými podmínkami (evropské státy), si můžete určit poměr mezi kurzy a prací i celkovou délku programu sami. Běžně tyto programy trvají několik týdnů až měsíců. Z prací je pro účastníky Work & Study na výběr z méně kvalifikovaných a pomocných pozic v turistickém ruchu, zemědělství a továrnách.

Seznam českých agentur, které zprostředkovávají uvedené programy, naleznete na stránkách Národního informačního centra pro mládež <http://www.icm.cz> -> v sekci *Práce v zahraničí* -> *Pracovní programy agentur*.

DOBROVOLNICKÉ PROGRAMY V ZAHRANIČÍ

Dobrovolnický program v zahraničí vám podobně jako pracovní pobyt přinese cenné osobní i profesní zkušenosti. Pochopitelně si budete moci zlepšit své jazykové dovednosti a navážete kontakty s lidmi z jiných zemí. Zahraniční programy pro dobrovolníky ale na rozdíl od výdělečné činnosti nabízí možnost pracovat v oborech a zemích, které byste v nabídkách zprostředkovatelských agentur hledali jen těžko. Dobrovolníci sice pracují jen za stravu a ubytování, maximálně za symbolické kapesné, ale naskytuje se jim příležitost poznat zblízka život například v Arménii, Indii či Guineji a získat více zkušeností s prací s dětmi, s péčí o životní prostředí i z jiných oblastí života.

Za dobrovolnickým projektem je možné vyjet vskutku do jakékoliv země. Některé se konají ve státech EU, jiné v Jižní Americe, Asii či Africe. Dobrovolníci pracují nejčastěji v neziskových a státních organizacích v různých oborech od zdravotnictví a sociální oblasti přes rozvojovou spolupráci a ekologii až po kulturu a vzdělávání. Délka trvání programů je také různá. Některé dobrovolnické projekty jsou několikatýdenní, jiné trvají i více než jeden rok. Na následujících stranách si uvidíme jejich nejčastější typy.

Workcampy

Workcampy jsou ideální příležitostí pro mladé lidi, kteří chtějí strávit část letních prázdnin v zahraničí a podílet se na dobročinném projektu. Na workcampech se schází skupinka mladých lidí z celého světa, kteří společně pracují a tráví volný čas. Během dvou až tří týdnů, kdy akce trvá, si sami vaří, pořádají výlety do blízkého okolí a pracují pět až šest hodin denně. Práce je zaměřena na rozvoj dané lokality a podporu místních obyvatel. Možnosti jsou rozmanité – účastníci workcampu pomáhají s rekultivací přírodního parku, asistují dětem se zdravotním postižením nebo organizují kulturní festival. Ubytování na workcampech bývá jednoduché a závisí na místních podmínkách. Většinou všichni účastníci spí pohromadě v tělocvičně, škole nebo v hostelu.

Nejjednodušší cestou jak se workcampu zúčastnit je oslovit dobrovolnickou organizaci, která dobrovolníky na tento program vysílá. Je ovšem potřeba počítat s tím, že organizace si za účast na programu účtují poplatek. Vedle něho si účastníci hradí cestovné, pojištění a případně i vízum. V ČR mezi organizace vysílající na workcampy patří:

Duha <http://www.trochujinak.cz>

Inex – sdružení dobrovolných aktivit <http://www.inexsda.cz>

Servitus <http://www.servitus.cz>

Ibo <http://www.ibo.wz.cz>

Zúčastnit se workcampu ovšem můžete i bez asistence české vysílající organizace. Stačí si vybrat a oslovit zahraniční organizaci, která workcamps pořádá. K tomu vám mohou pomoci následující databáze a vyhledávače workcampů – <http://www.sciint.org> (v angličtině), <http://www.concordia-association.org> (v angličtině).

Evropská dobrovolná služba

Evropská dobrovolná služba (EDS) je speciálním programem Evropské komise na podporu neformálního vzdělávání. Mladým lidem od 18 do 30 let (a mladým lidem se znevýhodněním od 16 let) umožňuje působit po dobu dvou až dvanácti měsíců v zahraniční neziskové organizaci jako dobrovolník. Nejčastěji se projekty konají v zemích EU, ale v rámci EDS je možné vyjet i do partnerských zemí v Asii, Africe a Americe. Práce, kterým se dobrovolníci na EDS věnují, jsou rozličné. Mohou se týkat ekologie, sociální práce či volnočasových aktivit dětí. Hlavní předností tohoto programu je skutečnost, že dobrovolník má hrazeny všechny náklady spojené s cestou (dopravu, zdravotní pojištění, případně i vízum a očkování), na místě má zajištěné ubytování, stravu a pravidelně dostává i malé kapesné. Český stát ovšem účast na programu neuznává jako pracovní praxi, a pokud dobrovolník chce, aby se mu tato doba započítávala do důchodového pojištění, musí si sociální pojištění platit sám.

Evropská dobrovolná služba probíhá na základě spolupráce vysílající organizace, která dobrovolníkovi pomáhá s přípravou na cestu, a zahraniční přijímací organizace, ve které dobrovolník působí. Pokud se rozhodnete EDS zúčastnit, je třeba si nejdříve vybrat českou vysílající organizaci v databázi projektů na stránce <http://www.evdatabase.eu> (v angličtině). Po domluvě s koordinátorem EDS si ve stejné databázi vyberete hostitelskou organizaci a projekt, na kterém se budete podílet. Můžete hledat podle země, oboru i zaměření projektu. Zajištění místa v projektu je pouze ve vašich rukou, sepište proto důkladně motivační dopis, přiložte životopis a přihlášku odešlete do vybrané organizace. Jestliže uspějete a hostitelská agentura si vybere právě vás, jedna z organizací podá žádost o vyslání na EDS své národní agentuře k jedné z pěti uzávěrek (1. února, 1. dubna, 1. června, 1. září a 1. listopadu). Pokud bude žádost schválena, vaše dobrovolná služba může začít nejdříve tři měsíce po uzávěrce.

Další informace o programu se dočtete na stránkách <http://www.mladezvakci.cz> -> v sekci Akce 2 Evropská dobrovolná služba.

Další dobrovolnické programy

Kromě dvou zmíněných programů existuje řada dalších dobrovolnických příležitostí. Většina z nich trvá delší dobu, obvykle tři měsíce až dva roky a dobrovolníci v jejich rámci pracují v zahraničních neziskových organizacích. Projekty jsou čas-

to zaměřeny na ekologickou či sociální tematiku. Vyhledávanými programy jsou i projekty v rámci humanitární a rozvojové pomoci, které se konají v zemích Asie a Afriky. Rozvojové projekty jsou určeny spíše jednotlivcům, maximálně skupinám dvou až tří dobrovolníků, kteří jsou schopni se rychle zorientovat v místních podmínkách a nabídnout pomoc místním obyvatelům. Nejkratší cesta k nim vede opět přes české vysílající organizace:

Inex – sdružení dobrovolných aktivit <http://www.inexsda.cz>

Duha <http://www.trochujinak.cz>

Servitus <http://www.servitus.cz>

Tandem <http://www.tandem.adam.cz>

Ymca <http://www.ymca.cz>

Ojedinelou příležitostí působit jako dobrovolník na rozvojovém projektu nabízí Organizace spojených národů na jedné ze svých misí. Z České republiky může každý rok vyjet několik mladých lidí do 30 let, kteří ovládají perfektně anglický jazyk a mají zkušenosti z rozvojové oblasti. Nábor na mise OSN organizuje v ČR Národní kontaktní místo dobrovolníků OSN <http://www.polytechna.eu> -> v sekci Národní kontaktní místo dobrovolníků.

Mezi dobrovolníky funguje několik mezinárodních sítí, v rámci kterých mohou mladí lidé pomáhat na ekologických a rozvojových projektech kdekoli na světě. Stačí se na webových stránkách zaregistrovat a ze seznamu volných pozic si vybrat vhodný projekt. Dobrovolníci pracují za stravu a jsou ubytováni v hostitelských rodinách či organizacích (biofarmy, ekoturistická střediska, kulturní centra).

- World Wide Opportunities on Organic Farms – <http://www.wwof.org> (v angličtině)
- Se7en – <http://www.the7interchange.com> (v angličtině)
- VolunTourism – <http://www.voluntourism.org> (v angličtině),
<http://www.workaway.info> (v angličtině)

Nemáte-li jasno, jakého dobrovolnického projektu byste se chtěli zúčastnit, můžete najít inspiraci u následujících organizací, které na svých stránkách provozují vyhledávače volných míst pro dobrovolníky (stránky jsou v angličtině):

<http://www.idealist.org>

<http://www.vfp.org>

<http://www.sciint.org>

<http://www.volunteer.org.nz>

„Pracujeme, abychom se někým stali, ne abychom něco získali.“

Elbert Hubbard (1856–1915)

Příloha č. 3 – Europass-životopis

CESTOVÁNÍ

Obecná a poměrně široká definice cestování uvádí, že se jedná o formu uspokojování potřeb reprodukce fyzických a duševních sil člověka, a to mimo každodenní životní prostředí a obvykle ve volném čase. O cestování můžeme mluvit v kontextu regionálním, národním a mezinárodním. Lidé zpravidla cestují za účelem rekreace, turismu, návštěvy nebo obchodu. Již několik desítek let se také rozmáhá jistý druh zodpovědného cestování, jako například ekoturismus nebo dobrovolnictví, kdy lidé v průběhu své cesty do jiné země nebo v rámci České republiky pomáhají místním komunitám nebo se nepřímým způsobem snaží podpořit udržitelný rozvoj daného regionu.

V této kapitole bychom vám rádi představili organizace a asociace, které se otázky cestování v určité podobě věnují a které by vám tak mohly být užitečné při plánování vaší cesty nejen do zahraničí. První část je věnována cestování obecně a je rozdělena na mezinárodní, regionální a české, převážně nevládní organizace, které poskytují informace nebo služby v oblasti mezinárodního a národního turismu. Naleznete zde také informace týkající se dopravy, stopování a alternativních možností ubytování. Druhá část je věnována právě zodpovědnému cestování. Kromě adresáře institucí a organizací pak v celé kapitole Cestování naleznete užitečné rady a tipy na cesty, doporučení od zkušených cestovatelů, rozhovory s účastníky různých dobrovolnických programů a praktické informace k plánování vašich budoucích cest.



TURISMUS

Tato sekce se zabývá cestováním jako obecným fenoménem pohybu lidí za účelem poznávání, dobrodružství, zábavy či rekreace. Účelem je představit vám přehled jak místních, tak mezinárodních organizací, které se turismem zabývají a které by vám tak mohly být při plánování cest užitečné. Snažili jsme se vybrat takové instituce, které se zaměřují spíše na mladé aktivní lidi, kteří si ideální dovolenou nepředstavují jako all-inclusive pobyt u moře. Naopak naší snahou bylo nalézt takové organizace, které poskytují praktické informace pro ty z vás, kteří rádi objevují, zajímají se o jiné kultury a plánují si cesty na vlastní pěst. Převážná většina těchto institucí pak působí v neziskovém sektoru.

Mezinárodní organizace působící na celosvětové úrovni, zabývající se otázkou cestování

Světová organizace cestovního ruchu (United Nations World Tourism Organisation – UNWTO)

Klíčová mezinárodní instituce působící v oblasti turismu. Jejím hlavním úkolem je podpora zodpovědného, udržitelného a obecně dostupného cestovního ruchu a ochrana zájmů rozvojových zemí. Na stránkách organizace naleznete zprávy a odborné informace z oblasti světového cestovního ruchu, ale i informace o konajících se konferencích či probíhajících výzkumech v této oblasti. Portál se věnuje také udržitelnému rozvoji a rozvojové spolupráci.

<http://www.world-tourism.org> (v angličtině)

World Youth Student and Educational Travel Confederation (Světová vzdělávací a cestovní konfederace pro studenty a mládež)

Cílem této organizace je zvýšit mezinárodní porozumění prostřednictvím turistických a vzdělávacích programů pro studenty a mládež.

Tato konfederace zastřešuje několik specializovaných asociací, které poskytují různorodé služby, např. v oblasti cestování a vzdělávání pro studenty a mladé lidi.

Jednou z důležitých dceřiných organizací této instituce je pak ISIC (International Student Identity Card), která vydává studentské identifikační karty téměř ve všech zemích světa. Ty slouží nejen k identifikaci studentů v nejrůznějších institucích (galerie, muzea, knihovny atd.), ale i k získávání různorodých slev na užitečné služby a produkty.

<http://www.wysetc.org> (v angličtině)

<http://www.isic.org> (v angličtině)

Global Tourism and Travel Planning Resource

Rozcestník oficiálních vládních turistických portálů a stránek profesionálních turistických agentur působících v oblasti cestování. Naleznete zde odkazy na regio-

nální instituce a organizace působící v krajích a obcích jednotlivých zemí. Pokud tedy potřebujete nalézt informace o možných aktivitách v dané lokalitě, tento portál se vám může velmi dobře hodit.

<http://www.tourism.org> (v angličtině)

Víte, že...

... existují cestovatelská diskuzní fóra, kde vám lidé z celého světa mohou poradit například s výběrem hotelu, nejlevnější přepravou nebo nejlepším místem pro večerní zábavu v dané lokalitě? Níže uvedená mezinárodní fóra jsou v anglickém jazyce.

- **World Travel Forum**

<http://forum.virtualtourist.com>

Všeobecné cestovatelské diskuzní fórum. Po zaregistrování je možné položit jakoukoliv otázku na téma cestování a turismu. Možnost vyhledávání podle témat a lokalit.

- **Thorn Tree travel forum**

<http://www.lonelyplanet.com> -> v sekci *Thorn Tree forum*

Diskuzní fórum velmi populárního cestovatelského průvodce Lonely Planet – řazeno dle regionů a typů turistických aktivit. Prostor pro výměnu a prodej, nabídku a poptávku po přespání i pro poznávání ostatních cestovatelů. Nutná registrace.

- **Tripadvisor**

<http://www.tripadvisor.com>

Jeden z nejznámějších a nejoblíbenějších online rádců na cestách. Hotely a restaurace ve vámi vyhledávaných lokalitách jsou řazeny dle posudků návštěvníků. Možnost číst hodnocení, klást dotazy i přidávat vlastní doporučení míst, která jste navštívili. Toto fórum je obecně vnímáno jako ukazatel kvality poskytovaných služeb.

Mezinárodní organizace a agentury zabývající se otázkou cestování a působící na regionální úrovni

European Travel Commission

Evropská nezisková organizace zřizovaná Evropskou unií, která zastřešuje 33 národních turistických organizací. Jejím účelem je propagace turismu v jednotlivých zemích Unie. Česká republika je v této radě zastoupena institucí CzechTourism.

<http://www.etc-corporate.org>

<http://www.visiteurope.com> (v angličtině)

Na portálu <http://www.visiteurope.com> (v angličtině) naleznete veškeré potřebné informace pro cestování po Evropě, především pak praktické rady ohledně víz, pojištění, důležitých telefonních čísel a dalších oblastí, které vám usnadní cestování po starém kontinentu.

Tip:

Vyhledejte si informace ke své cestě v jazyce cílové destinace s pomocí Google.x (x je koncovka dané země) za použití Google překladače stránek (translate.google.com). Je to opravdu jednoduché.

U. S. Department of State

Americká vládní agentura, která na svých webových stránkách poskytuje informace především o formálních náležitostech cestování do Spojených států amerických. Dále zde zprostředkovává oznámení a poučení pro své občany.

<http://travel.state.gov> (v angličtině)

Tourism Australia

Australská vládní agentura, která se zabývá mezinárodní a vnitrostátní propagací Austrálie jako turistické destinace. Na jejích stránkách najdete veškeré informace ohledně cestování v Austrálii včetně tipů na výlety nebo obchodní akce.

<http://www.tourism.australia.com>

<http://www.australia.com> (v angličtině)

Latin American Travel Association

Asociace sdružující různé poskytovatele turistických služeb v Latinské Americe. Naleznete zde detailní informace o jednotlivých zemích, nabídku leteckých společností a hotelů nebo doporučení na lokální turistické operátory.

<http://www.lata.org> (v angličtině)

South Asia Tourism Society

Sdružení vlád a představitelů zemí jižní Asie, které se snaží propagovat svůj region navenek. Na webových stránkách naleznete informace o Srí Lance, Nepálu, Bhútánu, Indii, Maledivách, Bangladéši, Pákistánu a Afghánistánu.

<http://www.saarctourism.org> (v angličtině)

Asian Tourism Association

Společenství asociací cestovních kancelářů a agentur zemí jihovýchodní Asie. Portál obsahuje především velké množství odkazů na místní vládní i nevládní institu-

ce v daných zemích. Slouží tak jako užitečný rozcestník pro získávání různorodých informací potřebných pro cestování v tomto regionu.

<http://www.aseanta.org> (v angličtině)

Infomobil

Infomobil je projektem organizace ERYICA (European Youth Information and Counselling Agency), jejíž členové (evropská informační centra pro mládež) vytvářejí obsah portálu. Mladí lidé, kteří cestují po evropských zemích, zde najdou praktické informace o jednotlivých státech, o možnostech studia, práce i ubytování.

<http://infomobil.org> (v angličtině)

Rady a tipy před cestou

„Obecně platí, že pokud chcete cestovat do nějaké země, kde jste předtím nikdy nebyli, musíte o ní získat alespoň základní informace. Čím dál je cílová destinace od země, kde právě žijete, tím více je potřeba se dopředu seznámit s určitým minimem reálií. Znalostí sociokulturních vlastností dané oblasti, tradic, historie, zvyků a obyčejů, které i dnes stále přetrvávají, můžete předejít nejen obyčejnému překvapení, ale i nějakému nepříjemnému faux pas.“

Josef Šmída

Před vycestováním do zemí mimo Evropskou unii je důležité si vyhledat různé specifické informace, případně vyřídit několik náležitostí, které vám následně usnadní pobyt v dané zemi a pomohou vám snížit rizika spojená s cestováním v exotických zemích.

Při výběru destinace pro dovolenou či prázdniny je rozhodně důležité si zjistit dostatek informací o **bezpečnostní situaci** v dané zemi a přečíst si **aktuální doporučení a varování**, která v této souvislosti vydává Ministerstvo zahraničních věcí České republiky. Veškerá výše uvedená poučení naleznete na jeho stránkách

<http://www.mzv.cz> -> v sekci *Cestujeme*.

Jistě je také vhodné si před cestou do zahraničí zjistit praktické informace o tom, jaké **elektrické zásuvky** se v zemi používají a jaké **napájecí napětí** je v zemi běžné. Doporučeno je rovněž zapsat si kontakty na **český zastupitelský úřad** a na **zdravotní zařízení** v místě pobytu pro případ jakékoliv nenadálé události.

Ještě před cestou si nezapomeňte vyřídit **cestovní pojištění**. I v zemích EU po vás totiž při ambulantním ošetření mohou, nebudete-li pojištěni, požadovat platbu

v hotovosti. V zemích mimo EU vám pak cestovní pojištění pokryje náklady na zdravotní péči do výše sjednaného tarifu. Získáte také podporu asistenčních služeb dané pojišťovny, která může být v těžkých situacích velmi potřebná. V rámci cestovního pojištění se můžete pojistit i proti ztrátě či krádeži zavazadel.

Při cestování do ciziny budete pravděpodobně potřebovat **hotovost v cizí měně**, zvláště pak v zemích, kde ještě bezhotovostní platební styk není běžnou záležitostí (týká se především rozvojových zemí, tedy Latinské Ameriky, Asie a Afriky).

Máte v podstatě dvě možnosti, jak peníze v cizí měně získat ještě před odjezdem. Peníze si můžete za české koruny vyměnit přímo v bance nebo ve směnárně.

Směnárny, ačkoliv zpravidla nabízejí výhodnější kurz, se vám však mohou prodražit. Všimněte si proto, zda daná směnárna požaduje poplatek za výměnu peněz, který bývá často stanoven procentuální výší hodnoty směňované částky. Pokuste se také před výměnou zjistit nějaké reference od přátel nebo na cestovatelských fórech, abyste se ujistili, že je daná směnárna důvěryhodná.

V obou případech každopádně doporučujeme pečlivé porovnání **kurzovních lístků** jednotlivých institucí a směnáren. Pokud měníte peníze v hotovosti, týká se vás valutový kurz, pro bezhotovostní výměnu (výměna peněz prostřednictvím platební transakce z vašeho účtu) je pak třeba sledovat kurz devizový. Kolonka označená jako „Nákup“ pro banku znamená nákup cizí měny. V našem případě vás tedy bude zajímat kolonka „Prodej“.

Při cestě do exotických zemí se vám může jednoduše stát, že místní měnu v žádných českých peněžních institucích neseženete. Doporučujeme tedy vyměnit české koruny za **dolar nebo euro**, přičemž je určitě dobré si zjistit, která z těchto dvou měn pro vás bude v dané zemi výhodnější a snadnější k výměně.

„Je rovněž dobré vědět, co mít s sebou za oblečení, a to nejen z hlediska jeho funkčních stránek, ale i z hlediska tradičně kulturního.

To se týká především žen-cestovatelek. Žen se obecně týká mnoho specifíků v souvislosti s cestováním, a tak každé ženě doporučuji, aby si o cizí zemi, do níž se chystá vycestovat, zjistila co nejvíc možných informací. Ženy totiž bývají často terčem různých forem kriminality a sociálně-patologických jevů.“

Monika Bunžová

Další možností je výběr místní měny v dané destinaci, který můžete provést buď tradičně z bankomatu, nebo v bance u přepážky. Výběr v bance je zaručeně

bezpečnější (existují země, kde se výběr z bankomatu kvůli možnému zneužití platební karty vůbec nedoporučuje), a navíc můžete zpravidla vybrat více, než je povolená maximální částka bankomatu. Na druhou stranu je výběr poněkud zdoluhavější a úředníci po vás často budou chtít předložit cestovní pas a ověřit si tak vaši identitu.

Očkování

Zjistit si **doporučená či povinná očkování** pro vámi vybranou lokalitu je jistě důležitou součástí každé přípravy na cestu do cizí země. Nejlepší je v tomto případě přímo konzultace se specialistou.

„Být očkováný proti žloutence typu A a B je základ. Pak už záleží na tom, kam se chystáte, a tomu je třeba přizpůsobit vakcinaci, případně jinou formu prevence.“

Josef Šmída

V případě žluté zimnice se očkování vyžaduje při příjezdu do oblastí a států, kde se tato nemoc vyskytuje. Cestovatel se tedy musí při vstupu na dané území prokázat Mezinárodním očkovacím průkazem s platným očkováním proti žluté zimnici. Očkování je třeba provést dva týdny před cestou do oblasti. Vakcína totiž začíná působit až po uplynutí doby dvou týdnů.

Některé země nabízejí možnost takového očkování přímo při vstupu do země. Tato možnost se však nedoporučuje z důvodu možnosti zanedbání hygienických zásad tamním personálem.

Jedním z prověřených zařízení, kde poskytují konzultace a kde vás i přímo naočkují, je Centrum cestovní medicíny v Havelské ulici 14, Praha 1, <http://www.medpharm.cz>, nebo Ordinance pro očkování do zahraničí v Brně, Orlí 18, <http://www.ockovanidozahranici.cz>. Adresář očkovacích center do zahraničí ve vašem kraji pak naleznete na <http://www.zdravinacestach.cz>.

Lékárnička

Obsah vaší cestovní lékárničky by měl respektovat délku pobytu, dostupnost zdravotní péče v zemi, kam cestujete, a počet spolucestovatelů. Léky ponechejte v originálním balení – jinak hrozí nebezpečí záměny, případně podezření z převážení narkotik. Vždy sledujte dobu použitelnosti jednotlivých léků (datum expirace) a pečlivě čtěte příbalové informace (vhodnost pro děti, těhotné, riziko nesnášenlivosti a kontraindikace). Zabezpečte lékárničku před sluncem, teplem a vlhkem. Léky uschovejte mimo dosah dětí!

Více naleznete na adrese <http://www.szu.cz> -> v sekci *Téma zdraví a bezpečnosti* -> *Cestovní medicína* -> *Zdravotní rizika při cestování* -> *Cestovní lékárníčka*. Příklady léků vhodných pro jednotlivé zdravotní problémy naleznete tamtéž.

Víza

Důležitou vstupní povinností do některých zemí mimo EU jsou **víza**. Vízové podmínky a náležitosti se značně liší a zpravidla záleží na diplomatických vztazích mezi oběma zeměmi a na politickém prostředí státu, do kterého se chystáte vycestovat.

Víte, že...

... existují česká cestovatelská diskuzní fóra, kde se můžete seznámit s dalšími cestovateli nebo kde vám vaši čeští kolegové mohou poradit a pomoci s vašimi plány na cestu, vyřízením víz nebo vyhledáním levné letenky?

• Cestovatel

Již podtitul fóra „Cestovatelé sobě“ dává vědět, že se jedná především o zprostředkování informací mezi lidmi, jejichž zkušenosti mohou přispět ke kvalitě cestování ostatních.

<http://cestovatel.cz>

• Hedvábná stezka

Diskuze zaměřené na výměnu zkušeností mezi cestovateli a vyhledávání spolucestovatelů nebo spolujízdy. Portál obsahuje kromě diskuze také cestovatelský bazar, blogy, fotogalerii a užitečné rady na cesty.

<http://www.hedvabnastezka.cz> -> V sekci *Diskuze*

Aktuální přehled států, se kterými má naše země bezvízový styk, se nachází na stránkách Ministerstva zahraničních věcí: <http://www.mzv.cz> -> v sekci *Cestujeme* -> *Přehled států s bezvízovým stykem*. Informace o vízových povinnostech pro jednotlivé země jsou v sekci „Encyklopedie států“.

O víza do jednotlivých zemí je třeba žádat na jejich zastupitelských úřadech (ambasádách). Pokud daná země nemá v ČR takový úřad, vyhledejte si kontakt na nejbližší ambasádu, kde můžete o vízum požádat, na stránkách Ministerstva zahraničních věcí <http://www.mzv.cz>.

V rámci Schengenského prostoru se můžeme jako obyvatelé EU pohybovat pouze s platným občanským průkazem. Pro vycestování do většiny zemí EU, Norska, Švýcarska a Islandu tak nepotřebujeme mít cestovní pas.

<http://www.euroskop.cz> -> v sekci Evropská unie -> Schengen -> Co je Schengen

Pro cestování mimo Schengenský prostor je třeba mít platný cestovní pas. O ten si můžete požádat na jakémkoliv obecním úřadě v ČR.

Pozor, některé země (např. Kanada) požadují pro vstup na své území pas se strojově čitelnými údaji. USA navíc od cestovatelů vyžadují pasy s nosičem dat s biometrickými údaji.

Více informací o vydávání cestovních pasů naleznete na stránkách Ministerstva vnitra na <http://www.mvcr.cz> -> v sekci Služby pro veřejnost -> Rady a služby -> Osobní doklady.

Organizace zabývající se otázkou cestování s působností v České republice

Městská informační centra

Městské informační centrum lze nalézt v každém větším městě České republiky a zpravidla bývá označeno symbolem:



Na webových stránkách nebo v kamenných centrech jednotlivých měst naleznete informace o regionální kultuře a službách, tipy na ubytování a výlety po okolí. V informačním centru si také můžete vyzvednout mapu města a dozvědět se o aktuálním dění v regionu.

Tato centra poskytují informace o historii daných měst, poradí vám s dopravou v kraji nebo vám prodají lístky na aktuální koncerty, knihy a suvenýry spojené s regionem.

Stačí do jakéhokoliv vyhledávače zadat „informační centrum“ spolu s názvem požadovaného města.

Asociace turistických informačních center ČR

Jedná se o profesní organizaci informačních center zajišťující činnost v cestovním ruchu. Poskytuje základní turistické informace o České republice. Informace jsou řazeny dle turistických oblastí ČR nebo dle tematicky zaměřených kategorií (např. lázeňství, folk a tradice atd.). Zprostředkovává také informace o aktuálních folklorních festivalech a turistických akcích, ubytování a stravování v jednotlivých regionech nebo přírodních zajímavostech.

<http://www.atic.cz>

Klub českých turistů (KČT)

Tato organizace sdružuje cestovatele z celé České republiky, kteří mají zájem o národní turismus. Její historie se datuje od roku 1888, kdy byla založena skupinou

vlastenců okolo Vojty Náprstka. Dnes má téměř 40 tisíc členů, z toho téměř čtvrtinu mládeže. Klub se stará především o značení turistických tras na území naší země, dále vydává časopis Turista a pořádá různé turistické akce po celé České republice. Na stránkách klubu naleznete vyhledávač turistických tras i přihlášku k členství. Mezi výhody členství v Klubu českých turistů patří slevy na nákupy u partnerů, na ubytování a mapy KČT a dále slevy na startovné a na dopravu při turistické činnosti.

Internetové stránky časopisu vydávaného Klubem českých turistů:

<http://turista.nacestu.cz>.

Kontakt:

Fügnerovo nám. 3

120 00 Praha 2

<http://www.kct.cz>

Informační centra pro mládež v České republice (ICM)

ICM jsou místa, která působí při nestátních neziskových organizacích pracujících s dětmi a mládeží nebo při domovech dětí a mládeže. Jejich pracovníci pomáhají mladým lidem nacházet odpovědi na otázky, které je trápí, a snaží se jim poradit s různými problémy. Informace jsou poskytovány zdarma, diskrétně a anonymně a podle zásad Evropské charty informací pro mládež.

Pracovníci informačních center pro mládež vám mohou pomoci najít potřebné informace o zemi, mohou vám poskytnout mapy a průvodce, doporučit vhodné publikace. Poskytnou vám obecné informace a informace o legislativě v dané zemi či praktické informace, jako je např. seznam očkovacích míst, kde hledat pomoc v nouzi apod.

Seznam Informačních center pro mládež najdete na adrese <http://www.icm.cz> -> v sekci ICM v ČR.

Celou oblast o cestování v ČR naleznete na stránkách <http://www.icm.cz> -> v sekci Cestování v ČR.

Databázi informací ohledně možností cestování po ČR najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Cestování.

Doprava

Kvalita a způsob dopravy se v jednotlivých zemích značně liší. Evropa je obecně známá svou hustou sítí a kvalitou komunikací (vlakových kolejí, silnic a dálnic),

a tak je velmi jednoduché se po našem kontinentu pohybovat veřejnými dopravními prostředky. V USA nebo v Austrálii není používání autobusů nebo vlaků tak běžnou záležitostí a tyto dopravní prostředky většinou spojují jen důležitá místa v zemi. Bez auta se tam tak člověk těžko obejde i ve městě.

V rozvojových zemích je to s veřejnou dopravou a kvalitou komunikací přirozeně horší. Osobní vlaky existují jen v omezené míře, autobusy často nebývají přesné a spolehlivé. Přestože lidé v těchto zemích zpravidla využívají hromadnou dopravu častěji než Evropané nebo Američané, může pro nás být orientace v jejich systému dopravy značně složitá. Autobusové linky jsou často zajišťovány soukromými společnostmi. Není tak zaručena spolehlivost spojů ani jejich návaznost na jiné linky. Různé společnosti pak vyjíždějí z různých terminálů a pro turistu může být těžké zjistit, odkud mu jede spoj. Nejlepší je zkusit se zeptat místních lidí, ti se ve svém systému většinou vyznají a rádi vám poradí. Nejlevnější veřejnou dopravou bývají autobusy nebo vlaky, vlaky s možností připlatit si za kvalitnější servis/třidu. Dále lze využít taxi, která v některých zemích fungují i mezi městy (např. severní Afrika, centrální Asie) jako jediná možnost dopravy a cena bývá stále přijatelná. V některých zemích také fungují soukromí operátoři (tour operators) s mikrobusey (např. střední Amerika), kteří vás pohodlnějším způsobem přepraví mezi turistickými destinacemi. Jejich cena je však zpravidla několikanásobně vyšší a oproti lokálnímu transportu jimi cestují výhradně západní turisté.

Letecká doprava

Pokud se na svou cestu chystáte mimo Evropu, pravděpodobně pro dopravu do cílové destinace využijete leteckou dopravu. V obecné rovině lze využít klasických aerolinií nebo takzvaných nízkonákladových společností, přičemž nízká cena letenek je někdy na úkor pohodlí a služeb v průběhu letu.

Při samotném cestování po dané zemi nebo oblasti je však lepší, pokud je to možné, využít pozemní dopravu. Nejen že z letadla toho moc neuvidíte, ale ani nebudete mít možnost seznámit se s místními lidmi žijícími tradičním způsobem života, kteří vám toho mohou o dané lokalitě prozradit nejvíce.

V roce 2010 bylo dle všeobecně uznávaných World Airline Awards – <http://www.worldairlineawards.com> (v angličtině) zvoleno 10 nejlepších aerolinií v následujícím pořadí:

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. Asiana Airlines | 6. Etihad Airways |
| 2. Singapore Airlines | 7. Qantas Airways |
| 3. Qatar Airways | 8. Emirates |
| 4. Cathay Pacific | 9. Thai Airways |
| 5. Air New Zealand | 10. Malaysia Airlines |

Automobilová doprava

Cestování autem je asi nejčastější volbou, pokud se chystáte na dovolenou po Evropě. Tento způsob má mnoho výhod: nemáte omezený limit zavazadel, můžete si zastavit, kde chcete, a během své dovolené jste mobilní. V případě, že se chystáte na jiný kontinent, pravděpodobně vám nezbývá než si na místě auto půjčit.

Ceny půjčení auta za den se v různých zemích značně liší. Záleží také samozřejmě na typu auta a na tom, na jak dlouho si ho půjčujete.

Doporučení:

Před podepsáním smlouvy o půjčení auta si podmínky dobře prostudujte. Nesnažte se za každou cenu šetřit a připlatě si za pojištění škod na vozidle. Toto pojištění stojí v řádu několika eur na den a pokryje náklady na škodu až do výše ceny vozidla. Existuje mnoho případů, kdy lidé museli zaplatit několik desítek tisíc korun za vykradené nebo poškozené auto bez vlastní viny.

Řidičský průkaz

Český, respektive evropský řidičský průkaz je platný ve všech zemích EU. Ve všech ostatních zemích je vyžadován mezinárodní řidičský průkaz, který však musíte vozit zároveň s národním řidičským průkazem.

Bermudy, Čína a Cookovy ostrovy však neuznávají žádnou formu mezinárodních ani národních řidičských průkazů kromě svých vlastních.

Informace o vydávání mezinárodních řidičských průkazů v ČR naleznete na <http://portal.gov.cz> -> v sekci Životní situace -> Občan -> Občan a stát -> Osobní doklady -> Řidičské průkazy -> Vydání mezinárodního řidičského průkazu.

Stopování

Stopování je velmi oblíbeným a ekonomickým způsobem dopravy po cizích zemích i v rámci ČR.

Další v poslední době rozšířenou možností levného cestování je tzv. spolujízda. Ta funguje tak, že se přes nějaký internetový portál spojíte s člověkem, který jede vaší cestou a je ochoten vás svést. Za tuto službu mu zaplatíte podíl na benzínu za cestu. Jedná se v podstatě o vzájemnou protislužbu, kdy člověk jedoucí danou trasu ušetří a vy se dostanete do vámi požadovaného místa levněji a rychleji než hromadnou dopravou.

Portály o stopování a spolujždě včetně inzerátů na odvoz a spolujezdce v češtině:

<http://stopem.dopravit.cz>

<http://www.stopovani.eu>

<http://stopem.kvalitne.cz>

<http://www.spolujizda.cz>.

„Stopování je ideální formou dopravy ve chvíli, kdy se chcete více seznámit s místní kulturou a lidmi a v neposlední řadě ušetřit. Často se totiž stává, že lidé, kteří vás do svého vozu naloží, vás posléze rádi pozvou na oběd nebo dokonce k sobě domů přespat. Z těchto důvodů v zemích, kde nehrozí žádné přímé nebezpečí, stopování doporučuji.“

Zkušený stopař a cestovatel Josef Šmída

Ubytování

Všichni víme, že existují různé druhy ubytování, jejichž kvalita a dostupnost zpravidla určují jejich cenu. Záleží hlavně na vás, na vašem způsobu cestování, na požadovaném typu ubytování a podobně.

Na internetu existuje celá řada vyhledávačů ubytování různých typů od autokempů až po luxusní hotely. Na většině internetových stránek si můžete ubytování nejenom nalézt, ale rovnou objednat a zaplatit.

Pokud dáváte přednost spaní ve stanu či v chatce: <http://www.dokempu.cz/> – kempy v České republice, <http://www.campingcompass.com/> – vyhledávání kempů v zahraničí.

Mezi mladými cestovateli jsou oblíbené takzvané hostely. Jedná se o levné ubytování různé kvality. Často se jedná o přenocování ve společných ložnicích spolu s dalšími cestovateli. Ložnice nejčastěji bývají čtyř až osmi místné. Najít tento typ ubytování můžete například na stránkách <http://www.hostels.com/>, <http://www.hostelworld.com/>, <http://www.hostelbookers.com/>.

Jestliže dáváte přednost pohodlí, jistě naleznete příjemné ubytování v hotelích či různých typech apartmánů. Internetových vyhledávacích portálů tohoto typu ubytování je nepřeberné množství. Můžete si pomoci například následujícími stránkami: <http://www.booking.com/>, <http://cs.hotels.com/>, <http://www.tripadvisor.com/>. Poslední uvedená stránka vám kromě vyhledávání ubytování poskytne i spoustu užitečných a zajímavých tipů pro vaše cesty.

Specifickým kompromisem mezi hotely a hostely jsou řetězce levných hotelů. Jejich výhodou, kromě toho, že se často nacházejí po celém světě, je skutečnost, že díky řetězovému systému vedení můžete ve všech hotelích očekávat podobný typ služeb i jejich kvalitu. Pro autoturisty poté může být důležité, že se kromě center měst často vyskytují i u dálnic či důležitých křižovatek.

www.accorhotels.com, www.ibishotel.com, www.hotelformule1.com

Tip:

Věděli jste, že je možné se u někoho ubytovat zcela zdarma a navíc ještě využít jeho znalostí lokálních poměrů, a dozvědět se tak o dané zemi více než jen obyčejný turista? Filozofií interkulturní výměny prostřednictvím zprostředkovávání ubytování a případných průvodcovských služeb se dnes řídí již zavedené organizace:

- **Hospitality club**

<http://www.hospitalityclub.org> (v angličtině)

- **CouchSurfing**

<http://www.couchsurfing.org> (v angličtině)

Jak to funguje

Na výše uvedených stránkách si založíte profil a popíšete nejdříve sami sebe a následně to, co od dané komunity očekáváte a co jí můžete nabídnout. Je rozhodně dobré být upřímný a dát předem jasně najevo, jak si vaše zapojení představujete. Není problém, pokud napíšete, že u sebe nikoho ubytovat nemůžete, ale že například kohokoliv rádi provedete po městě. Čím detailnější informace v tomto smyslu poskytnete, tím větší je pravděpodobnost, že ten, kdo vás kontaktuje, bude mít ta správná očekávání.

Po zaregistrování vám buď přicházejí žádosti o ubytování u vás doma, nebo vy sami vkládáte požadavky na ubytování kdekoli jinde. Stačí si pak jen vybrat z daných nabídek a domluvit podrobnosti. Na daných podmínkách ubytování se domluvíte jednotlivě. Poté, co u někoho přespíte nebo někoho hostíte, je obvyklé dát na daného člověka referenci. Pomáháte tak ostatním s výběrem toho správného hostitele nebo hosta. Díky systému referencí je tento styl cestování velmi bezpečný a spolehlivý, jelikož je postaven na jakési vzájemné kontrole cestovatelů samotných. Mnoho lidí má díky tomuto systému možnost zdarma a bez nákladů poznat lidi jiných kultur, které by normálně ve své zemi nepotkali, a naopak cestovatelé mají možnost blíže nahlédnout do tajů navštěvované země.

ZODPOVĚDNÉ CESTOVÁNÍ

Ekoturismus

Ekoturismus je dle definice TIES (The International Ecotourism Society) zodpovědné udržitelné cestování do přírodních oblastí při současné ochraně životního prostředí a zlepšování blahobytu místních obyvatel. Spojuje v sobě tedy oblasti ochrany přírody, místních komunit a udržitelného turismu.

Ti, kteří se na ekoturismu aktivně podílejí, dodržují následující zásady:

- minimalizace negativních dopadů turismu na místní komunity,
- budování respektu a povědomí o kulturním a přírodním dědictví,
- snaha o to, aby z cestovního ruchu profitovali nejen turisté, ale i místní obyvatelé,
- zajištění přímého finančního prospěchu pro ochranu přírody a pro místní obyvatele,
- zvyšování povědomí o politickém, sociálním a přírodním prostředí hostitelské země.

Zdroj: <http://www.ecotourism.org/>

Jak tedy zodpovědně cestovat?

1. Hledejte, hledejte, hledejte. Pokud hledáte renomovaného průvodce, zjistěte si také, co říkají ostatní. Chcete-li mít jistotu, pátrejte po ekologických certifikátech a značkách šetrných služeb. Mezinárodní organizace pro trvale udržitelnou turistiku (STI) pracovala tři roky na vývoji a zavedení značek ekologicky šetrných služeb pro turistickou dopravu, ubytování i nejružnější místa navštěvovaná turisty, jako jsou například přírodní parky nebo muzea.

2. Odvážejte si jen fotografie a na místě zanechávejte jen otisky svých bot. Sbírání suvenýrů, jako jsou mušle nebo kousky korálů, se při velkém počtu turistů může stát pohromou. Podobně může být životní zážitek vidět řeku Nil, ale když v jejím okolí každý turista zanechá své odpadky, nutně to povede k degradaci zdejšího ekosystému.

3. Utrácejte své peníze u místních. „Podporovat místní ekonomiku je klíčové,“ říká Dale Rosselet z organizace Audubon Society. Mnoho turistických kanceláří nezaměstnává místní obyvatele, což snižuje jejich zájem o ochranu místních přírodních krás.

4. Chraňte přírodní zdroje. Čistá pitná voda může být v některých částech světa skutečně nedostatkovým zbožím, takže přemýšlejte, jak ji šetřit. Sprchujte se krátce, a nikoliv příliš často, neperte ručníky a ložní prádlo nadbytečně, myslete na spotřebu vody i při čištění zubů. Když nejste v hotelovém pokoji, vypínejte světlo i klimatizaci. Hledejte ubytování s certifikátem Green Hotel Association.

5. Chodte pěšky všude, kde je to možné. Jednak je to dobré cvičení, jednak ušetříte benzin. A navíc je to zadarmo. Mnoho šetrných turistických center nabízí k pronájmu kola.

6. Zůstávejte na cestách, nejste objevitel nových kontinentů. Když se budete pohybovat po vyznačených cestách, máte jistotu, že nebudete rušit žádné ohrožené druhy zvířat, nepošlapete vzácné rostliny ani se nedostanete někam, kam jste neměli chodit.

7. Poučte se o místní kultuře. Najděte si čas mezi ležením na pláži, lezením po skalách a masáží horkými kameny, abyste zjistili více o regionu, který jste přijeli poznat. Navštívíte-li turistické centrum nebo využijete-li služeb místního průvodce, nejen že si daleko lépe zapamatujete své prázdniny, ale také pomůžete vytvářet obrázek sympatického turistu.

8. Snažte se využívat dopravu, která produkuje nižší emise skleníkových plynů. Protože největší spotřeba leteckého benzínu je při přistání a při vzletu, Climate Action Network Europe tvrdí, že by se nemělo létat na vzdálenosti menší než 1 000 kilometrů. Nejlepším řešením jsou autobusy nebo vlaky.

9. Kompenzujte vaše emise z cestování. Například jeden let z New Yorku do Los Angeles vyprodukuje podle STI jednu tunu skleníkových plynů. Tato organizace vám nabízí, že za každou tunu emisí můžete dobrovolně zaplatit. Tato částka pak bude použita na budování solárních panelů v afrických zemích.

10. Jezte místní potraviny. Podle studie univerzity v lowě procestují jablka koupená v USA, než se dostanou ke konečnému zákazníkovi, více než 2 500 kilometrů. Proto bude nejlepší, když nakoupíte zboží od místních zemědělců, navíc jídlo bude skutečně čerstvé.

Zdroj: Podle článku Rachel Andersonové Environmental Magazin 25. 6. 2006.

Mezinárodní organizace

The International Ecotourism Society (TIES)

Nezisková organizace, která si klade za cíl podporovat ekoturismus. Od roku 1990 je TIES lídrem v rozvoji ekoturismu. Poskytuje rady, návody, školení, technickou asistenci, provádí výzkum a vydává publikace v této oblasti. Její aktivity jsou za-

měřeny na podporování tradičního způsobu života a jeho návratu místním komunitám. Můžete se stát členem této organizace, a získat tak slevy na ubytování, přístup do ekoturistické burzy práce nebo aktivně podporovat ekoturismus.

<http://www.ecotourism.org> (v angličtině)

European Centre for Ecological and Agricultural Tourism (ECEAT)

ECEAT je síť stovek nízkokapacitních ubytovacích zařízení a turistických služeb po celé Evropě, která nabízí udržitelnou kvalitu služeb. Organizace se specializuje na rurální oblasti a udržitelné zemědělství. Členem této organizace se mohou stát pouze neziskové organizace působící v jakékoliv zemi Evropské unie.

<http://www.eceat.org> (v angličtině)

Ecoclub

Mezinárodní klub ekoturismu, kde si mohou vyznavači tohoto způsobu cestování a životního stylu předávat informace a rady. Po zaregistrování vstoupíte do komunity vyznavačů ekoturismu, můžete si založit vlastní blog nebo podpořit jednotlivé projekty. Užitečný projekt pro ty, kteří to s ekologií myslí vážně.

<http://www.ecoclub.com> (v angličtině)

Eco Destinet

<http://www.ecoroute.eu> (v angličtině)

Projekt, který se zabývá rozvojem evropské značky kvality pro ekoturistické destinace, ubytování, jídlo a outdoor aktivity. Zároveň se snaží sjednotit existující označení pod jednu zastřešující značku, a zavést tak jednotné označení kvalitních ekoturistických služeb a produktů. Celý projekt, který je ve fázi rozvoje, je zaštiťován Evropskou unií. Nabízí e-learningový kurz Certifikace ekoturismu. Stačí se jen zaregistrovat, kurz je zdarma.

World Hotel Travel

Soukromá společnost, která poskytuje zájezdy a výlety prostřednictvím svých lokálních partnerů. Na jejich webu je možné vyhledat ekoturistické aktivity různých kategorií v mnoha destinacích. Zprostředkovává také přehledy lokálních hotelů po celém světě. Výběr těchto hotelů je založen na jejich zajímavosti – většinou se jedná o malé rodinné podniky, jejichž majitelé se skutečně zajímají o svou hostitelskou destinaci a rozvoj místní komunity. V přehledu si můžete přečíst příběh každého takového majitele.

<http://www.whl.travel> (v angličtině)

Organizace zabývající se otázkou cestování s působností v České republice

Svaz venkovské turistiky

Svaz venkovské turistiky je dobrovolné, nepolitické profesní sdružení podnikatelů ve venkovském cestovním ruchu a dalších příznivců. Svou činností chce přispět k ekonomickému, kulturnímu a společenskému oživení venkova, obnově jeho tradic, údržbě krajiny i ke stabilizaci jeho osídlení. Na stránkách naleznete termíny vzdělávacích exkurzí po venkově i různorodých seminářů.

Nám. Zachariáše z Hradce 4

588 56 Telč

<http://www.svazvt.cz>

Národní síť Zdravých měst České republiky (NSZM ČR)

Národní síť Zdravých měst ČR je asociací aktivních místních samospráv, které se snaží utvářet město (obec, region) jako kvalitní a příjemné místo pro život na základě dohody s obyvateli. Asociaci tvoří několik desítek měst, obcí, mikroregionů a krajů. Organizace každoročně vydává zpravodaj a pořádá e-konference. Webové stránky obsahují termíny nejen jejich vzdělávacích akcí, ale i publikace a zajímavosti o udržitelném rozvoji ve městech.

Šrobárova 48

100 42 Praha 10

<http://www.nszm.cz/index.shtml>

Národní park Šumava – šetrný turismus

Území Šumavy je od roku 1990 zařazeno do mezinárodní sítě biosférických rezervací UNESCO vyhlášených v rámci programu **Man and Biosphere – MaB** (Člověk a biosféra). V rámci projektu „Šetrný turismus“ vznikly studie Turistika na koni a Netradiční sportovní aktivity. Aktivity jsou také zaměřeny na výstavy a vycházky za poznáním šumavské divočiny. Na stránkách národního parku pak naleznete veškeré informace o probíhajících projektech a aktivitách NP Šumava v oblasti udržitelného turismu.

<http://www.npsumava.cz> -> v sekci Pro veřejnost -> Turistika na Šumavě -> Šetrný turismus

Udržitelný cestovní ruch

Pro zájemce o odborné informace vznikla tato online publikace, která představuje ucelený přehled o vlivech cestovního ruchu na přírodní a sociokulturní prostředí a přístupech k udržitelnému cestovnímu ruchu. Autoři publikace se zabývají i jednotlivými případovými studiemi. Na stránkách lze nalézt také slovník vybraných pojmů z oblasti udržitelného cestovního ruchu.

<http://ucr.uhk.cz>

Seznam států a dalších subjektů, na jejichž území mohou občané ČR pobývat bez víz

Česká republika udržuje bezvízový styk s více než padesáti státy světa. Pro občany České republiky to znamená, že pro návštěvu dané země stačí platný cestovní pas. Na stránkách Ministerstva zahraničních věcí naleznete úplný seznam těchto států. V seznamu se samozřejmě neobjevují země Evropské unie, jelikož občané členských států mají zajištěn volný pohyb v rámci Evropské unie. To znamená, že při vycestování do zemí Evropské unie vám stačí platný občanský průkaz.

Ministerstvo zahraničních věcí ČR doporučuje českým občanům, aby si před cestou vždy ověřili u zastupitelského úřadu navštěvovaného státu, zda se podmínky pro vstup a pobyt nezměnily.

Podrobnou tabulku naleznete na stránkách Ministerstva zahraničních věcí na www.mzv.cz -> v sekci *Cestujeme -> Přehled států s bezvízovým stykem -> Seznam států a dalších subjektů, na jejichž území mohou občané ČR pobývat bez víz*.

Portál o regionálním značení výrobků a služeb

Asociace regionálních značek, která provozuje tento portál, představuje na svém webu certifikované produkty regionálních značek z 12 oblastí České republiky. Hlavním cílem regionálního značení výrobků je zviditelnit tradiční regiony a využít jejich socioekonomických výhod.

<http://www.regionalni-znacky.cz>

DOBROVOLNICTVÍ

„Jedním z nejkrásnějších zadostiučinění v životě je, že kdykoliv se upřímně snažíme pomoci jinému, pomáháme i sami sobě.“

Ralph Waldo Emerson

„Nedělám to proto, že musím, nebo proto, že je to moje práce, dělám to proto, že chci!“
Míša

Dobrovolnictví chápeme jako činnost, kterou člověk vykonává ve prospěch druhých bez nároku na finanční odměnu.

Není to jen mnoho práce za žádné peníze, jak si mnozí myslí. Dobrovolnictví je svým způsobem dobrodružství, dobrodružství s kamarády. Je to neformální vzdělávání a seberealizace. Dobrovolnictví je odhodlání a odvaha nést třeba kus zodpovědnosti za někoho jiného nebo za něco jiného a také za sebe. Dobrovolnictví je inspirací, spojuje lidi se stejnými nebo podobnými zájmy, učí komunikovat a je velkou životní zkušeností.

Mnohé neziskové organizace pracující s dětmi a mládeží by bez dobrovolníků nemohly existovat, protože právě oni do organizace nosí nové věci, pohledy a nápady, jsou kreativní, čímž dodávají organizacím nové rozměry. A hlavně – jsou největší „pracovní silou“ těchto organizací.

„Dobrovolnictví je úplně skvělá věc, skvělá věc pro obě dvě strany, které se ho zúčastňují.“

Pavel

Kdo je to dobrovolník?

„Dobrovolník je člověk, který bez příjmu peněz pomáhá druhým.“

Míša

„Člověk, který je ochoten udělat dobrý skutek a nic za to nechce.“

Tom

„Člověk, který svůj volný čas a energii věnuje z vlastního přesvědčení někomu dalšímu, kdo tyto možnosti třeba nemá.“

Lukáš

Jak vidno, odpověď na otázku, kdo je dobrovolník, může mít různou hloubku nebo různou tvář. A má je i samotné dobrovolnictví. Denně potkáváme na ulicích spoustu dobrovolníků a často ani nevíme, že někomu pomáhají. Nevíme, že ta krásná

blondýnka v růžové sukýnce, za kterou se kluci jen otáčí, každý den přijde domů, obleče si roztrhané tepláky a ošoupanou mikinu a jde s pocitem radosti a naplněným pomoci se stavbou nové klubovny pro děti v dětském domově.

Dobrovolníci jsou normální lidi a nemají třetí oko, anténky na hlavě ani hrb na zádech. Mezi dobrovolníky je jak zaměstnanec, tak student, studující zaměstnanec, nepracující, člověk v důchodu, najdete tam vlastně úplně každého. Dobrovolníkem totiž může být úplně každý, protože každý z nás určitě někomu pomohl, a už to, že pomohu nějaké staré babičce přes přechod, je dobrovolná nebo také dobrovolnická práce. I když v této kapitole bude řeč o dobrovolnictví, které má přece jen nějakou konkrétnější formu.

Co mi může dobrovolnictví přinést?

„Myslím, že ty zisky jsou úplně jiné, nedají si vyčíslit, spočítat, hodit do tabulek, vynásobit a vydělit. Každá minuta strávená tady je pro mne největším zážitkem, jaký jsem kdy měla.“

Miša

Důvodů, proč se lidé stávají dobrovolníky, je velké množství. Dobrovolnictví spojuje mladé lidi a učí je komunikovat mezi sebou, učí je s někým spolupracovat. Lidé tím získávají nové kamarády se stejnými zájmy, kontakty, zážitky, prožívají dobrodružství a neformálně se vzdělávají. Dovednosti a zkušenosti získané dobrovolnou čin-

Příběh autoklempíře, dnes již vedoucího studentského klubu...

„Když jsem do klubu poprvé přišel, bylo mi osmnáct a byl jsem ještě autoklempířem. Tenkrát mě oslovil Martin, který tu byl jako vedoucí, a já sem začal chodit jako dobrovolník. Dva roky jsem zde pomáhal. Postupně jsem nabýval zkušenosti, které se mi kumulovaly, a když jsem se potom rozhodoval, jestli jít někam na vysokou, tak bylo rozhodnuto už v zárodku, a určitě mě k tomu postrčilo dobrovolnictví, protože mi dodalo sebevědomí. Ale co hrálo opravdu největší roli, bylo povzbuzení od vedoucích. Bez dobrovolnictví bych na vysokou nikdy nešel. V krušných chvílích mě tady drželo to, že jsem získával zkušenosti, dovednosti a schopnosti, které nebyly podmíněné nějakou dosavadní praxí anebo znalostmi získanými ve škole. Opravdu mi to změnilo život. A doporučuji, aby si to zkusil opravdu každý, protože vám to dá osobně tolik...! A tou největší věcí je, že vy můžete dát něco někomu jinému.

Tohle je dobré na neziskových organizacích. Můžete tam přijít, ať jste z jakéhokoliv oboru, a oni vám třeba pomůžou, zaškolí vás a nehlídí při tom na to, že něco neumíte. Oni nepotřebují vědět, že umíte psát všemi deseti a jak rychle, to tady nikdo neřeší.

Já se tady vlastně realizuju a přitom tady dávám prostor ostatním lidem pro jejich aktivity. Je to fajn...

ností pak často uplatní i ve svém životě. Často bychom mezi dobrovolníky dostali odpověď, že jim přináší dobrý pocit, že někomu pomohli nebo udělali radost, možnost seberealizace, získávání sebevědomí, uznání od okolí za dobře odvedenou práci. Někteří v dobrovolnictví nacházejí i odpověď na otázku po smyslu svého života.

Jak se můžu stát dobrovolníkem?

Přemýšlej a řekni sám sobě

- S kým bys chtěl pracovat (děti, mládež, rodiče s dětmi, senioři, ...).
- V jaké oblasti volného času (sport, umění, táboření, kultura, modelářství, ...).
- Zda bys chtěl dělat „doma“ nebo v zahraničí.

Pak hledej...

- Zjistí, zda ve tvém okolí existuje organizace, která se tomuto tématu věnuje a která dává možnost mladým lidem, aby přišli se svým nápadem a realizovali ho. V hledání ti pomůžou organizace uvedené v adresáři na konci kapitoly.

Zkontaktuj je!

- Našel jsi tu pravou neziskovku? Super! Určitě tě rádi vyslechnou a pomohou ti. Pokud se bojíš, zajdi se nejdřív podívat na nějakou jejich akci, aktivitu, třeba to pak bude jednodušší. Většina organizací je otevřená a je ráda za každou ruku a nohu, která chce pomoci. Neboj, jsou to taky jen lidi.
- Občas se stane, že nevíš, co bys přesně chtěl dělat, ale je ti sympatická činnost nějaké organizace ve tvém okolí a chtěl bys jim pomoci. I to se může stát. Zajdi se za nimi podívat, napiš jim e-mail. Určitě ti odpoví a pomohou ti najít to pravé, co ti sedne.

Mluvil jsi s nimi? Gratuluju!

- Dobrovolnictví není zbytečné. Přejí hodně štěstí a doufám, že se ti bude dařit a bude pro tebe tato práce přínosná.

Dobrovolnické organizace působící v České republice a organizace, které vám mohou při hledání a přípravě dobrovolnictví pomoci

Česká národní agentura Mládež, NIDM

Dozvíte se informace, jak podat žádost o finanční grant v rámci programu EU Mládež v akci, který podporuje neformální vzdělávání. Projekt se může týkat dobrovolnické práce v zahraničí, podpory místní komunity nebo zapojení se do veřejného života.

<http://www.mladezvakci.cz>

Česká rada dětí a mládeže (ČRDM)

Česká rada dětí a mládeže zastřešuje mnoho volnočasových organizací počínaje těmi nejznámějšími – skauty, pionýry, tomíky. Určitě někde poblíž tvého bydliště budou mít oddíl. Adresář všech organizací ČRDM je na jejich stránkách.

<http://www.crdm.cz>

Dobrovolník

Servisní a informační portál dobrovolnictví v České republice zaměřený na zveřejňování a vyhledávání informací týkajících se dobrovolnictví ať už na lokální, regionální, národní či mezinárodní úrovni. Portál funguje především jako burza dobrovolnických příležitostí a umožňuje vzájemnou komunikaci pro zájemce o tuto oblast.

<http://www.dobrovolnik.cz>

Dobrovolníci.cz

Servisní a informační portál dobrovolnictví v České republice umožňující malým organizacím, spolkům i velkým dobrovolnickým centrům účelně nabídnout možnosti uplatnění pro dobrovolníky a nasměrovat je tím správným směrem.

<http://dobrovolnici.cz>

Dobro.cz

Web o dobrovolnictví. Inzerce nabídky i poptávky dobrovolné práce.

<http://www.dobro.cz>

HESTIA – Národní dobrovolnické centrum

Můžeš zde najít kontakty na dobrovolnická centra ve svém kraji, případně se neváhej obrátit přímo na pracovníky HESTIE, určitě ti rádi poradí.

<http://www.hest.cz>

INEX – Sdružení dobrovolných aktivit

Nevládní nezisková organizace působící v oblasti mezinárodního dobrovolnictví. Dobrovolníky z České republiky vysílá do zemí celého světa. Oblíbené jsou především prázdninové work campy, kterým se věnuje sekce v kapitole Práce. Vyjet lze i na dlouhodobější projekt nebo se zúčastnit jako koordinátor, pokud máš dostatečné zkušenosti. Za účast na projektech se většinou platí účastnický poplatek v řádu tisíců českých korun.

<http://www.inexsda.cz/>

Národní informační centrum pro mládež

Zde najdeš kontakty na všechny ICM v ČR. Najdi si tedy své nejbližší ICM, kde ti rádi pomohou najít tu správnou organizaci pro tvou činnost.

<http://www.icm.cz>

Národní síť Zdravých měst ČR

Každé Zdravé město má za úkol spolupracovat s dalšími organizacemi. Tyto organizace jsou sice z různých oblastí, ale najdeš mezi nimi i volnočasové neziskovky. Koordinátoři Zdravých měst znají organizace osobně, a tak ti určitě rádi poradí.

<http://www.nszm.cz>

Nazkušenu.cz

Portál poskytující informace o možnostech výjezdů do zahraničí. Kromě dobrovolnictví se věnuje také práci v zahraničí nebo studijním pobytům. Nefunguje jako vysílající organizace pro dobrovolníky, pouze zprostředkovává informace.

<http://www.nazkusenou.cz>

Sdružení Duha

Organizace poskytující různé druhy dobrovolnických programů – od víkendových mini work campů v České republice přes krátkodobé (několikatýdenní) programy po Evropě až po dlouhodobé pobyty v rámci Evropské dobrovolné služby nebo jiných aktivit. Sdružení je vysílající i přijímací organizací dobrovolníků a zprostředkovává poradenství v oblasti krátkodobých i dlouhodobých projektů.

<http://www.trochujinak.cz>

Databázi kontaktů organizací, které pracují s dobrovolníky, najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Práce -> Dobrovolnictví.

Mezinárodní dobrovolnické organizace

Volunteer Abroad

Webový vyhledávač dobrovolnických programů, který zprostředkovává informace o právě nabízených příležitostech pro dobrovolníky po celém světě a poskytuje tak poměrně ucelenou nabídku od různých organizací. Programy lze vyhledávat dle destinace, délky trvání nebo typu práce, kterou chcete dělat. Za účast v programech se platí.

<http://www.volunteerabroad.com> (v angličtině)

International Volunteer Programs Association

Asociace nevládních organizací působících v oblasti dobrovolnictví a mezinárodních stáží. Tato organizace zastřešuje vysílající dobrovolnické instituce, neposkytuje však vlastní dobrovolnické programy. IVPA je také fórem pro profesionály zabývající se touto problematikou a poskytuje jim platformu pro výměnu informací a rozvoj nových schopností. Naleznete zde dobrý návod pro výběr toho správného programu pro vás.

<http://www.volunteerinternational.org/> (v angličtině)

United Nations Volunteers

Organizace spojených národů, jak jsme již zmiňovali v kapitole Práce, organizuje dobrovolnické programy pro mladé profesionály v rozvojových zemích. Přímou na jejích stránkách se můžete zaregistrovat do programu a dostat se tak na listinu kandidátů, ze kterých zástupci organizace následně vybírají dobrovolníky. Konkurence je poměrně velká, a tak je důležité mít pro danou práci určité znalosti a zkušenosti. Organizace svým dobrovolníkům platí cestovní náklady a kapesné. Organizace také nabízí online dobrovolnické programy, kdy můžete na dálku z pohodlí svého domova vypomáhat neziskovým organizacím v rozvojových zemích. Je to skvělá příležitost pro ty, kteří nemohou nebo z nějakého důvodu nechtějí cestovat na jiné kontinenty.

<http://www.unv.org> (v angličtině)

International Student Volunteers

Tato společnost zprostředkovává dobrovolnické programy různých typů ve Střední a Jižní Americe, východní Evropě, Austrálii a Novém Zélandu, Thajsku a Jižní Africe. Výhodou této organizace je, že vám je schopna zařídit akademické uznání dobrovolnického programu jako stáže. Poskytuje také možnost kombinace dobrovolnictví a cestování v daných oblastech.

<http://www.isvonline.com> (v angličtině)

Global Volunteers

Global Volunteers poskytuje ve spolupráci s lokálními partnery dobrovolnické programy v mnoha různých zemích. Organizace poskytuje asistenci při hledání finančních zdrojů na pokrytí vašich nákladů, a umožňuje tak účast ve svých programech i lidem, kteří by na placený projekt jet nemohli.

<http://www.globalvolunteernetwork.org> (v angličtině)

ROZHOVOR: Dobrovolnictví mi změnilo život

O dlouhodobé zkušenosti s dobrovolnictvím se s vámi podělí Barbora Vodičková, účastnice Evropské dobrovolné služby na Islandu, a Kamila Sirotná, která absolvovala dobrovolnický program v Jižní Koreji.

Barbora Vodičková

Účastnice Evropské dobrovolné služby programu Mládež v akci – hostitelská organizace SEEDS Iceland (7 měsíců)

<http://www.seedsiceland.org> (v angličtině)

Kamila Sirotná

Účastnice dobrovolnického projektu v Jižní Koreji – vysílající organizace INEX-SDA (4 měsíce)

<http://www.inexsda.cz>

Jak ses se k dobrovolnictví dostala, co tě k němu přivedlo a proč sis vybrala právě tuto destinaci?

Barbora: K odjezdu na Evropskou dobrovolnou službu (EDS) mě převážně motivovali klienti a dobrovolníci z občanského sdružení AFS Mezikulturní programy, kteří si podobnou zkušeností prošli sami. Po dlouhém zvažování, kam se vydat, vyhrála severní Evropa, zima, polární záře a tma! Byla jsem vybrána na islandský projekt organizace SEEDS Iceland, která organizuje environmentální work campy pro mezinárodní skupiny dobrovolníků.

Kamila: Dobrovolnictví jsem si vyzkoušela už jako studentka na několika letních work campech. Po několika letech v pracovním procesu jsem chtěla poznat něco nového. Na Jižní Koreu jsem pak dostala reference jako na zajímavou a přátelskou zemi s vyspělou dobrovolnickou kulturou s dobře zavedenou místní organizací IWO.

Bylo pro tebe těžké místo dobrovolníka získat? Jak dlouho před odjezdem jsi musela začít vyřizovat administrativní náležitosti?

Barbora: Ze začátku jsem sepisovala desítky motivačních dopisů pro různé organizace zvlášť. Poté jsem se rozhodla kontaktovat přímo vysílající organizace v ČR a zjistit, jaké nabízí projekty k aktuální uzávěrce přihlášek. Vysílající organizace mají většinou již několik kontaktů s hostitelskými organizacemi a propagují jejich projekty. Mně se nejvíce líbil projekt na Islandu, se kterým byla již v kontaktu organizace INEX-SDA, a od té chvíle jsem komunikovala pouze s nimi. Pomohli mi se všemi administrativními náležitostmi. Celkem mi trvalo 4 měsíce, než jsem byla vybrána na projekt, a pak jsem čekala 6 měsíců do začátku projektu.

Kamila: Celá příprava mi trvala půl roku. Korejská organizace vypisuje dva turnusy, jarní a podzimní, protože se tak pokrývá školní rok. Projekty jsou tříměsíční a pokaždé odjíždí cca 20 dobrovolníků. Získat projekt s IWO není těžké, dokonce jsou turnusy, kdy nenaplní celou kapacitu.

Prožívala jsi po příjezdu jakýsi kulturní šok? Musela jsi překonávat nějakou jazykovou nebo kulturní bariéru? Měla ses v případě potřeby na koho obrátit?

Barbora: Bylo skvělé, že jsme se s ostatními dobrovolníky na projektu mohli navzájem podporovat a motivovat. Kulturní šok jsem zas tak moc neprožívala, protože jsem nepocitovala, že bych byla odkázána sama na sebe, a islandská kultura je velmi moderní, otevřená a flexibilní. Prožívala jsem občas kulturní šok naruby z toho, jak jsem byla unešená z místních poměrů. Nezažila jsem jediný konflikt za celou dobu svého pobytu. Naše organizace sídlila v Reykjavíku, kde jsme měli byt, a tudíž bylo islandské hlavní město naším útočištěm mezi dvoutýdenními projekty, které byly všemožně po celém Islandu. Pořád se něco dělo a neměla jsem pocit, že bych měla šanci se v Reykjavíku nudit. Byla to příjemná změna po zkušenostech, kdy jsme měli work campy daleko od všeho a kde jsme sotva potkali živou duši.

Kamila: Asi jsem měla velká očekávání té jinakosti, protože realita nakonec byla snazší, než jsem čekala. K hostům jsou Korejci vstřícní, laskaví a pozorní. Korea je ale etnicky naprosto homogenní. Bílé tváře se vyskytují jen ve městech, kde učí angličtinu, ne v rurálních oblastech. Takže i po pár měsících, kdy už se člověk

cítí jako doma, pořád budí pozornost svým vzhledem. Ten šok z rozdílnosti tudíž paradoxně přišel až velmi pozdě. Jazyková bariéra není tak zásadní. Psaná korejšтина sice vypadá nesrozumitelně, ale za dva tři dny se písmo zvané hangul naučí prakticky každý. Frustrující okamžiky na projektu mi příležitostně přinesla špatná jazyková úroveň jak studentů, tak hlavně učitelů. Ve škole ale byla pohodová atmosféra a na všechno byl čas, takže se problémy neřešily pod tlakem.

Co konkrétně bylo tvou pracovní (dobrovolnickou) náplní, co konkrétně jsi viděla, poznala? Je-li toho moc, věnuj se, prosím, jenom tomu, co bylo silné a co ti nějakým způsobem utkvělo v paměti.

Barbora: Moje pozice se jmenovala Environmental Messenger (Environmentální posel) a mojí náplní bylo organizovat a realizovat vzdělávací a zábavné aktivity k tématům životní prostředí a mezikulturní výchova pro mezinárodní skupiny dobrovolníků. Zároveň jsem se podílela na koordinaci jednotlivých work campů. Budovali jsme turistické stezky v národních parcích, uklízeli odpad na ostrově, pomáhali s přípravou místních kulturních akcí, farmařili na ekofarmách apod. Celkově to bylo myslím dost náročné, každý jsme jeli na šest sedm work campů, které trvaly dva týdny, a na každý work camp nám přijeli noví dobrovolníci z různých prostředí.

Kamila: Pracovali jsme v malé alternativní internátní škole se 40 studenty ve věku od 11 do 13 let, což odpovídá korejské nižší střední škole. V Koreji je velké hnutí pro podporu alternativních škol. Tato je výjimečná tím, že je založena na filozofických principech buddhismu, komunitním životě a ekologii. Často jsou tyto principy, viděno pohledem našeho západního konzumního života, dohnané ad absurdum, ale po nějaké době zjistíte jejich propojenost: mytí se obyčejným mýdlem není jen projevem skromnosti dle buddhistických principů, je šetrné k přírodě, protože je biodegradabilní, a také podporuje vztahy v komunitě a její soběstačnost, protože mýdlo se vyrábí za pomoci studentů přímo v areálu chrámu. Jeden příklad za všechny.

Naším pracovním úkolem bylo učit několik hodin týdně anglickou konverzaci a dle našich možností také vypomáhat v komunitní školní družině pro studenty nižších tříd. Při vytíženosti 5 hodin učení týdně jsme měli spoustu volného času zapojit se do dalších aktivit se studenty, jako například práce na školních pozemcích, hodiny tradičního bubnování, hodiny zpěvu či sportovní aktivity. Kromě učení angličtiny jsme také vedli volitelný předmět na téma recyklace a ruční práce.

Jak vypadal tvůj typický pracovní den?

Barbora: Každé ráno jsme jako lídři museli vzbudit ostatní dobrovolníky, být motivovaní, motivovat ostatní k práci a vytvářet dobrou náladu. Po práci jsme si většinou uvařili a věnovali se hram či workshopům. Ve dnech volna jsme organizovali různé výlety, mezinárodní večere či táboračky pro naše dobrovolníky.

Kamila: Ve škole se začínalo docela brzo, studenti vstávali před sedmou na rozcvičku, pak se podávala snídaně následovaná společnou písni. Od osmi začínala první hodina, společná pro všechny studenty i učitele. Poté následovaly dva vyučovací bloky, oběd a po obědě další hodina, většinou už trochu relaxační, jako právě

naše anglická konverzace. Jelikož znalosti studentů byly různé, snažili jsme se je netrápit, ale povzbudit a pobavit hrami a hudbou. Většina našich hodin tak probíhala ve velmi příjemné atmosféře zábavy a spolupráce. Po večeri měli studenti osobní volno a čas na osobní hygienu, my jsme měli prostor pro vlastní program a přípravu na další dny.

Jak jsi vycházela s ostatními dobrovolníky a místními pracovníky? Zůstali ti někteří z nich jako přátelé, se kterými jsi dodnes v kontaktu?

Barbora: Naše EDS parta byla úplně skvělá a stále jsme všichni spolu v kontaktu, dokonce i se šéfem organizace. Moc ráda vzpomínám například na společné večere. Různě se navštěvujeme během roku a voláme si po Skypu. Několika dobrovolníkům se podařilo sestěhovat do stejných zemí a měst. Díky tomu je náš častý kontakt o to jednodušší a intenzivnější.

Kamila: S místním učitelským sborem jsme vycházeli velmi dobře, jsou na dobrovolníky zvyklí. S lidmi ze školy bohužel v kontaktu nejsem, studenti jsou ještě příliš mladí a učitelé se hodně brání moderní komunikační technice. Ale mezi ostatními dobrovolníky jsem si našla přátele, se kterými jsem občas v kontaktu.

Co ti tento zážitek jako celek nejvíce přinesl? Odvezla sis nějaké zkušenosti, které můžeš uplatnit v každodenním životě zpět doma?

Barbora: Poznala jsem kulturu, která se naprosto liší od ostatních, jež jsem měla šanci poznat, a která mě úplně uchvátila. Žila jsem v zemi, kde se nekrade, je minimum násilí, všichni se snaží vyjít ostatním vstříc a kde jsou lidé plní optimismu. Díky mé práci se skvělými kolegy jsem se naučila komunikačním schopnostem, zlepšila se v anglickém jazyce a utvrdila v tom, že vždycky budu ráda pracovat s dobrovolníky a jinými kulturami.

Kamila: I když jsem už v minulosti sama cestovala, nikdy ne tak daleko a na tak dlouho a hlavně tak sama. Takže pro mě to byla cenná zkušenost i v tomto směru. Naučila jsem se trpělivosti, neřešit, co nelze řešit, snad trochu nadhledu a orientálního klidu :-). Poznala jsem velmi zblízka buddhistickou praxi, zcestovala hodně klášterů a mluvila s mnichy, což bych si před cestou vůbec neuměla představit.

Doporučila bys ostatním podobný program?

Barbora: Stoprocentně! Moje zkušenost byla natolik pozitivní, že bych vůbec neváhala. Doporučila bych vydat se na takový projekt, kde už probíhala nějaká dřívější spolupráce s vysílající organizací, která ví, co od projektu očekávat. Pokud si nejste jistí výjezdem do zahraničí, mnoho nejen dobrovolnických možností, jak se setkat s cizími kulturami, existuje i u nás.

Kamila: Bez váhání. I konkrétně Koreu, protože tam jsou dobrovolnické pobyty velmi dobře zajištěné, celou dobu máte podporu IWO, které by vám pomohlo řešit případné závažnější problémy. Delší dobrovolnický pobyt je skvělá možnost, jak poznat zemi a kulturu zblízka, na chvíli se stát platným a vítaným členem nějaké jiné komunity a v neposlední řadě, jak získat novou zkušenost a dělat smysluplnou práci.

VOLNÝ ČAS

Co je to volný čas

„Volný čas chápu jako zbytkový, který zbývá po splnění všech povinností – pracovních, studijních, rodinných, i po uspokojení všech fyziologických potřeb.“

V. Spousta (1996)

Jednoduše řečeno jde o čas, který má člověk sám pro sebe a může se v jeho rámci věnovat svým zájmům, zálibám a koníčkům, aniž by musel zaopatřovat své potřeby.

Existuje mnoho organizací, které se věnují aktivnímu a smysluplnému trávení volného času. Tyto organizace se snaží své návštěvníky rozvíjet, něco jim předat, pomáhat jim, zapojovat je do dění ve společnosti. Jejich zaměření může být velice rozličné: na turistiku, táboření, sport, tanec, hudbu, vzdělávání, výtvarné umění... A také může být různé, komu se takové organizace věnují – dětem, mládeži, dospělým, mentálně a tělesně postiženým... Je toho opravdu hodně.

V dnešní době se volnému času věnuje v České republice přes pět a půl tisíc nezávislých a příspěvkových organizací, středisek volného času, domů dětí a mládeže a mnohé další. Některé z těchto organizací mají své pobočky téměř v každém městě, občas i několik středisek v městě jednom.

Mimo tyto organizace se mezi volnočasové aktivity řadí i kulturní akce nebo dobrovolná služba.

Co se tedy dočtete na dalších stranách?

- Pojedeme v létě pracovat na dětský tábor
- Trošičku si zasportujeme
- Dozvíme se, co všechno je spojeno s přípravou hudebního festivalu a menších kulturních akcí
- Podíváme se také na hlavní poslání domů dětí a mládeže a středisek volného času

LÉTO S DĚTMI

Slunce svítí, ptáci zpívají, teploměr ukazuje hodnoty kolem třiceti stupňů a s tím vším nám rok co rok přicházejí letní prázdniny.

Jezdíme na dovolené s rodinou, s kamarády na výlety, studenti hledají brigády a praxi do škol, děti jezdí na prázdniny k tetičkám a na letní tábory. A na letní tábo-

ry vyrazí každoročně i tisíce dobrovolníků. Těch, kteří jsou členy nějaké organizace pro práci s dětmi a mládeží, ale i ostatních. Ono totiž jde brigádu nebo praxi spojit s letním táborem. Často to pak bývá velké dobrodružství a legrace.

V následující části se tedy podíváme, jaké druhy letních táborů a pobytů pro děti existují, co má dobrý tábor splňovat a na co by se měli zaměřit rodiče (ale nejen oni) při výběru tábora. Mrkneme se i na to, jak se dostat na tábor jako vedoucí a co k tomu potřebujeme...

Letní tábor nebo ozdravný pobyt – co schovávají?

Letních pobytů pro děti existuje nespočet druhů. Některé organizace nám nabízejí „letní tábory“, jiné dokonce „ozdravné pobyty“, ale v podstatě jsou stejné. Dají se dělit například na stanové či chatové tábory/pobyty nebo na akce dobrodružné, sportovní, horolezecké, hudební, přírodovědné, počítačové, jazykové, s celotáborovou hrou... Dá se najít v podstatě všechno, na co si vzpomenete, a to v nejrůznějších kombinacích.

Letní tábory

Obecně řečeno, letní tábor je místo, kde v mnoha zemích tráví hodně dětí letní prázdniny. Děti a mládež, které se táborů účastní – „táborníci“, se během tábora věnují mnoha aktivitám, které by jinak mnohdy nezažily. Tradiční obrázek dětského tábora je louka nebo paseka uprostřed lesa, kde děti hrají přes den hry či chodí na výlety po okolí a večer si zpívají při kytáře u táboráku. Jsou to tábory v přírodě daleko od moderních vymožeností. Děti se učí samostatnosti, přátelství, čestnosti, poznávají přírodu, ...

Velkou osobností letních táborů v přírodě byl Jaroslav Foglar, který z tohoto prostředí napsal mnoho knih.

Existují však dnes novodobé specializované tábory. Například tábory umělecké, hudební, počítačové, s koňmi, tábory pro děti s mentálním či tělesným postižením a mnohé další. V dnešní době jsou táborové aktivity dostupné i lidem, kteří překročili „táborový věk“, ve formě táborů pro dospělé.

Ozdravné pobyty

I když mohou vypadat skoro stejně jako letní tábory, něčím jsou výjimečné. Prioritně jsou určeny nemocným dětem (například silným astmatikům, epileptikům nebo třeba obézní mládeži...) a část táborového programu je přizpůsobena této nemoci. Dá se to částečně přirovnat k pobytu v lázních pod lékařským dozorem.

Často jsou tyto „tábory“ pořádány zdravotními pojišťovnami, nemocnicemi nebo specializovanými středisky.

Dobrý tábor, jak ho poznat...

Nabídka táborů je neuvěřitelně široká. Můžete si vybrat z táborů v budovách, stanových, putovních, dvoutýdenních, třítydenních, ... Také tábory velmi drahé, i ty, kde se nešetří na dětech, ale šetří se kapsy rodičů. A také tábory s velmi kvalitním týmem vedoucích i programem – ale bohužel také tábory velmi špatné, kde dětem hrozí skutečná úhona. Organizátorů je nespočet. Různých :-)

Podívejme se teď na výběr tábora očima rodičů – respektive těch, kteří se jim snaží dobře poradit. Ono je i pro (potenciální) vedoucí velmi důležité vědět, podle jakých kritérií budou rodiče tábor hodnotit.

Zde je deset otázek, které byste si měli položit, když tábor vybíráte. Při výběru toho opravdu správného tábora byste si měli odpovědět na všech deset otázek, proto nejsou řazeny podle jejich důležitosti, ale abecedně. Na správném táboře by totiž měla všechna tato doporučení platit současně...

- **BEZPEČNOST – Bude tábor pro naše dítě bezpečný?**

Správný tábor je pro děti i vedoucí bezpečný. Je nahlášen na hygienické stanici, místním zdravotnickém zařízení a na obecním úřadu v místě konání tábora. Vedoucí jsou řádně proškoleni a dbají na bezpečnost dětí i svou v průběhu celého tábora.

- **CENA – Co všechno zahrnuje cena tábora?**

Nebojte se hlavního vedoucího tábora zeptat na všechny podrobnosti o ceně. Důležitým ukazatelem je, zda je uvedená cena konečná a zda si dítě nebude muset v průběhu tábora cokoli dopláacet (autobus na výlety, vstupné do památek, atd.). Pokud jste si vybrali správný tábor, jistě vám všechno rád vysvětlí.

- **DŮVĚRYHODNOST – Je organizátor tábora důvěryhodný?**

Pokud nemůžete dát na doporučení známých, velmi se vám vyplatí zjistit si o táboře a jeho provozovateli co nejvíce referencí. Důležitým znakem důvěryhodnosti je ochota poskytnout včas všechny požadované informace.

- **HYGIENA – Vyhovuje tábor přísným hygienickým předpisům?**

Vyhláška Ministerstva zdravotnictví stanovuje přísná pravidla pro provoz tábora z hygienického a zdravotního hlediska (výběr tábořiště, ubytování účastníků, stravování, zdravotní dokumentace atd.).

Správný tábor je v souladu s touto vyhláškou a je nahlášen na hygienické stanici (pokud je na něm více než 30 dětí). Bez obav se na to zeptejte hlavního vedoucího.

- **INFORMOVANOST – Máme o táboře dostatek informací?**

Provozovatel nebo hlavní vedoucí správného tábora mají snahu poskytnout vám dostatek informací dlouho před začátkem tábora.

Komunikace musí být vzájemná – je proto důležité poskytnout hlavnímu vedoucímu nebo zdravotníkovi pravdivé informace o zdravotním stavu dítěte – a je znakem zodpovědnosti vedoucího tyto informace požadovat.

Dobrou praxí je také uspořádání informační schůzky s rodiči, kde se můžete

seznámit s táborovým personálem, prohlédnout si fotky z minulých táborů nebo se zeptat na všechno, co vás zajímá.

• **KVALIFIKACE – Mají vedoucí odpovídající kvalifikaci?**

Správný tábor má kvalifikované vedoucí – absolvovali příslušné školení nebo mají dostatek zkušeností ze své dlouhodobé práce s dětmi.

• **PROGRAM – Jaký je program tábora?**

Program správného tábora by měl být co nejvíce různorodý a měl by být připraven dostatečně dopředu! Programem správného tábora se prolíná celotáborová hra, jejíž motivace většinou ovlivňuje celý tábor – program i veškeré táborové dění. Námět celotáborové hry je většinou patrný již z názvu tábora.

Nebojte se hlavního vedoucího zeptat na podrobnosti k programu.

• **ROZVOJ – Přinese našemu dítěti tábor něco nového?**

Na tábor neposíláte dítě ani za trest, ani „přečkat část prázdnin“. Správný tábor umožní dítěti rozvíjet jeho osobnost a kromě hezkých zážitků z programu by mu měl přinést také nové znalosti a zkušenosti. Na správném táboře se dítě naučí samostatnosti a je schopné řadu problémů řešit bez rodičů – tím získává také tolik potřebnou sebedůvěru a chuť se o problémech bavit a vyjadřovat svoje názory. To všechno jsou vlastnosti, které využije ve škole nebo v běžném životě.

• **STRAVOVÁNÍ – Bude na táboře zajištěno kvalitní stravování?**

Strava 5x denně a neomezený pitný režim jsou samozřejmostí každého správného tábora. Kuchyně i uskladnění zásob potravin musí odpovídat hygienickým předpisům. Jídelníček by měl být dostatečně pestrý. Velmi pravděpodobně v něm najdete také jídlo, které vaše dítě zrovna „nemusí“, nebo je na ně alergické. Nezapomeňte se tedy o jídelníčku informovat a nezatajujte potravinové alergie dětí, případně upozorněte hlavního vedoucího na zvláštní stravovací návyky dítěte.

• **ZDRAVOTNÍ ZAJIŠTĚNÍ – Bude na táboře kvalifikovaný zdravotník?**

Na každém táboře by měl být po celou dobu přítomen zdravotník, který se účastní táborového programu a je vždy připraven pomoci. Takový zdravotník musí projít příslušným školením, a má tedy oprávnění k výkonu funkce zdravotníka na dětských zotavovacích akcích.

Zdravotník má po celou dobu tábora řadu povinností – vede zdravotní deník, má také kontakt na nejbližšího lékaře, musí znát zdravotní stav vašeho dítěte a případně mu podává léky, které dítě pravidelně užívá.

Po ukončení tábora vám poskytne kompletní informace o případných úrazech či zdravotních problémech vašeho dítěte.

Vaši povinností je před nástupem na tábor zajistit lékařskou prohlídku dítěte a předat zdravotníkovi prohlášení o bezinfekčnosti dítěte.

Z hlediska vedoucích jsou úplně nejdůležitější **důvěryhodnost pořadatele** tábora a **bezpečnost**. Pokud jsou totiž tyto dva požadavky splněny, prakticky vždy to znamená, že jsou splněny i ty ostatní.

Zdroj: www.cesketabory.cz

Jak se dostat na tábor jako vedoucí a co pro to musím udělat?

Předpokládáme, že nejsi členem – natož vedoucím – žádné organizace, která tábory pro děti a mládež pořádá. Pokud bys naopak byl/a, pak ti je zbytečné radit, protože absolvování takového tábora je pro tebe nejspíš standardní záležitostí.

Přemýšlej a řekni sám sobě...

- Proč na tábor chceš jet – chceš praxi do školy, nebo zkusit něco nového, případně hledáš dobrodružnou brigádu?
- Na jaký typ tábora bys chtěl jet a na jak dlouho (stanový, chatový, příměstský, ..., případně na týden, čtrnáct dnů, tři týdny, ...).
- S jak starými dětmi (lidmi) bys chtěl pracovat (tábory jsou pro rodiče s dětmi, pro děti ve věku 1. stupně ZŠ nebo 2. stupně ZŠ, pro mládež nebo dospělé).
- Měl by se tábor odehrávat u nás, nebo v zahraničí, případně s Čechy, nebo s cizinci?
- Jak by měl vypadat program (zálesáctví, výlety, cyklistika, hudba, jazyky, keramika, tábor pro zdravotně znevýhodněné, ...)?
- Na jak velký tábor chceš jet? (Existují tábory pro 20 účastníků, ale také pro 600).
- Co bys chtěl na táboře dělat a v jaké pozici chceš být?

Hledej...

- Najdi si organizátory táborů, které jsou ti užité na míru.
- Pokud jsi dřív jezdil na tábory jako dítě a líbil se ti tento styl táborů, zkus na takový jet znovu. Z pozice dítěte se přesuneš na vedoucího a bude to pro tebe cenná zkušenost. Budeš znát prostředí, vedoucí, styl her, ... Komunikace bude taky jistě snazší, když už se znáte. A pokud jsi byl hodné dítě, věř, že tě pořadatelé vezmou do svých řad. :o)
- Další možností je zeptat se dobrých kamarádů, kteří vedou oddíly, jež pořádají tábory. Jejich prostřednictvím se můžeš na takový tábor dostat jako vítaný pomocník.
- Pokud jsi na tábory nejezdil ani nemáš vhodné kamarády, kteří by tě rádi na tábor vzali, bude nejlepší, když si najdeš organizaci z tvého okolí. Můžeš se s nimi seznámit dostatečně dopředu. Málokdo si totiž vezme na tábor někoho, koho nikdy neviděl a nikdy s ním nespolupracoval. I ty se budeš cítit líp, když poznáš lidi, se kterými budeš pak trávit delší dobu.
- Velké tábory, které jsou spíš jako brigáda (dělají je třeba cestovní kanceláře), to je něco trochu jiného. Často jsou vypisována výběrová řízení stejná jako do zaměstnání. Je tedy potřeba sledovat dané organizace a včas se přihlásit. Dej si ale pozor na podvodníky a zjisti si předem dostatek informací.

Kdy je dobré hledat pořadatele táborů

- Velká část táborových týmů vzniká v období mezi listopadem a březnem. To je ideální chvíle začít se zajímat, kdo by měl o tvé služby zájem, případně kontaktovat vybranou organizaci.
- Pokud se ti v tomto období nepodaří žádné místo získat, nezoufej. Se začátkem dubna se často začnou objevovat inzeráty, kde organizace hledají doplnění svých týmů. Šance na úspěch ovšem klesá!

Zkontaktuj je!

- Našel jsi dobrý tábor a víš, kdo ho organizuje? Líbí se ti celková činnost pořadatele tábora? To je prima! Nemají ale vypsané žádné výběrové řízení? Nevadí! Neváhej se na ně obrátit a věř, že tito lidé budou určitě rádi, když jim řekneš, že máš zájem se účastnit jejich aktivit a chceš jim v létě pomoci.
- V každém případě se zeptej, co všechno bys na tábor potřeboval a co musíš splňovat. Mnohé organizace chtějí určité vzdělání, případně akreditované kurzy (na zdravotníka je to dáno zákonem, oddílový vedoucí či praktikanti to úplně povinné nemají, ale mnohé organizace to vyžadují). Zeptej se případně, kde je možné si takový kurz udělat a jestli ti ho zaplatí a za jakých podmínek. Je také možné, že po tobě budou chtít potravinářský průkaz (abys mohl v průběhu tábora do kuchyně), případně vyšetření lékaře, že jsi psychicky i tělesně způsobilý k této činnosti. Neděs se, není to nic neobvyklého. Naopak to svědčí o tom, že organizátoři chtějí mít tábor opravdu dobře zajištěn.

Splňuješ jejich podmínky a jsi s nimi v kontaktu?

- Gratuluji! Jestliže dobře neznáš organizátory tábora (není jím organizace, ve které jsi vyrůstal, případně není tvá účast na táboře zajištěna spolehlivými kamarády), měla by s tebou být podepsána smlouva. Pokud za tábor má být finanční odměna, často to bývá dohoda o provedení práce. Každopádně je potřeba, abyste ty i ostatní členové vedení tábora předem jasně věděli, co a za jakých podmínek budeš na táboře dělat. Vyhněte se tak zbytečným nedorozuměním. Věřím, že si najdeš tu správnou táborovou partu a užiješ si s nimi spoustu legrace!

Příběh z tábora*O myších a lidech*

Krátce po večerce se ozvalo ze stanu děvčat velké ječení, pištění a volání. Vyskočili jsme, co se děje. Instruktoři – chlapci – běželi ke stanu zjistit, co děvčata tak polekalo. Byla v nás malá dušička. Když se vrátili, tak napětí se uvolnilo a vystřídala ho salva smíchu. Dívky byly přesvědčené, že mají ve stanu myš. Stan se důkladně prohlídal, nikde žádná škvírka, ale ve chvílce

ticha bylo slyšet šustění. Co to způsobuje? Pod postelí objevili zmačkaný sáček od brambůrek, který se sám narovnával a způsobil takový rozruch.

Z tábora 93. PS z Prahy (<http://www.dobrytabor.cz>)

Adresář

NÁZEV	TELEFON	E-MAIL	CO NA PORTÁLECH NAJDETE?
České Tábory.CZ	777 750 131 603 183 603	info@cesketabory.cz	Největší katalog táborů, inzerce nabídek a poptávek práce na tábore, legislativa, e-shop pro táborníky.
WEB	http://www.cesketabory.cz		
Dětské tábory		taborytk@seznam.cz	Katalog táborů, táborová inzerce, táborové hry.
WEB	http://www.detsky-tabor.cz		
Opravdu dobrý tábor	222 215 101	opravdu@dobrytabor.cz	Katalog pionýrských táborů.
WEB	http://www.dobrytabor.cz		
Borovice	777 226 603	hordina@rain.cz	Katalog táborů, tábořišť, turistických ubytoven, inzerce nabídky i poptávky práce na tábore, školy v přírodě, ...
WEB	http://www.borovice.cz		
Rada dětí a mládeže kraje Vysočina	603 183 603 777 750 131	Info@tabory-vysocina.cz info@rdmkv.cz	Katalog táborů na Vysočině, inzerce nabídek a poptávek práce na tábore.
WEB	http://www.tabory-vysocina.cz http://www.rdmkv.cz		
NICM	221 850 860 221 850 852	Info@nicm.cz	Zde najdeš kontakty na všechny ICM v ČR. Najdět si tedy své nejbližší ICM, kde vám rádi pomohou najít správný tábor.
WEB	http://www.nicm.cz/ism		
ČRDM	234 621 209	sekretariat@crdm.cz	Zde najdeš kontakty na všechny neziskové organizace.
WEB	http://www.crdm.cz		

NÁZEV	TELEFON	E-MAIL	CO NA PORTÁLECH NAJDETE?
SP DDM	222 333 813	info@spddm.org	Sdružení pracovníků domů dětí a mládeže v České republice podporuje rozvoj středisek volného času / domů dětí a mládeže. Zde najdeš kontakty na SVC / DDM.
WEB	http://spddm.org		
NIDM	246 088 222	miloslava.votrubova@nidm.cz	Zde najdeš kontakty na SVC.
WEB	http://www.nidm.cz		



SPORTEM KE ZDRAVÍ

Volný čas se dá trávit mnoha způsoby a určitě mezi ně patří i sport. Jen si vzpomeňme, co jsme dělali v dětství... Už jako malá miminka jsme se učili chodit, a když jsme zvládli utíkat, tak to byla ta největší zábava. Později přišla koloběžka, jízda na kole, plavání, sáňkování, ..., u někoho třeba i lyže a brusle... Sport nás vlastně provází od narození.

Ted', když už umíme nějaké základy potřebné k životu, můžeme se věnovat různým sportům rekreačně (pro zábavu) anebo profesionálně (na různých úrovních).

V následující kapitole se tedy podíváme na to, jaké jsou možnosti v oblasti sportu, co všechno se dá za sport považovat, kde a jak se můžeme daným oblastem věnovat.

Databázi organizací poskytujících sportovní vyžití v ČR najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Volný čas -> Sportovní vyžití.

Turistika

Turistika je krátkodobé cestování a poznávání prostředí, krajiny, památek, zvyků a lidí. Klasická turistika je pěší a spíše individuální, počátkem 20. století přibyla cykloturistika, později mototuristika a od poloviny 20. století turistika skupinová a organizovaná. Od roku 1888 mají čeští turisté svou organizaci, Klub českých turistů, který udržuje na území České republiky hustou síť značených stezek pomocí turistických značek (pěší, lyžařské, cyklistické).

Turistice se nevěnuje pouze Klub českých turistů, ale svým způsobem se jí dotýká činnost dětských oddílů Duhy, TOMiků, skautů, pionýrů a mnoha dalších menších organizací, kde se především děti a mládež učí spoustu užitečných věcí.

Turistika totiž nespočívá jen v chození. Dobrý turista se umí v přírodě chovat tak, aby ji nezničil, a zároveň v ní dokáže tak trochu přežít. I v dnešní moderní době totiž existují odlehlá místa, kde nenajdete signál na mobilní telefon a většinou se budete nacházet v naprosto nepřístupném terénu. Existují proto pravidla, která by měl každý turista dodržovat.

Víte, jak se v přírodě chovat, abychom minimalizovali riziko nebezpečí?**INFORMUJ SE!**

...jak vypadá počasí, a přizpůsob tomu své oblečení. Je to důležité zejména na horách. Z krásného sluníčka může přijít ošklivá bouřka během několika minut. Nezapomínej se proto nahlásit horské službě (v zimě nezapomínej na nebezpečí lavin)!

DOPŘEDU SE PŘIPRAV

Promysli si, kudy a kam půjdeš. Pomůže ti turistická mapa, na které jednoduše poznáš, kudy cesta vede, a tak pro tebe bude snadnější zvolit správnou výbavu. Kdyby se ti něco stalo, myslí na to, že je dobré být vidět z dostatečné vzdálenosti (výrazné oblečení) a v případě nouze na sebe můžeš upozornit zvukovým (píšťalkou) nebo světelným (baterkou) signálem S. O. S. – 3x krátce, 3x dlouze, 3x krátce.

DOBRÁ VÝBAVA TI MŮŽE ZACHRÁNIT ŽIVOT

Měl bys mít lékárničku s termoregulační dekou, baterku, píšťalku, reflexní oblečení, mapu cesty, ve které se umíš orientovat, telefon a doklady. V případě, že cestuješ dál od civilizace, nezapomeň ani na dostatek tekutin a případně nějaké potraviny.

PŘEDCHÁZEJ ZBYTEČNÝM PROBLÉMŮM

Nescházej ze značených cest, hlavně v místech, která neznáš. Mimo cesty můžeš narazit na cokoliv!

BUĎ VŠÍMAVÝ

Sleduj přírodu a lidi kolem sebe a buď ochotný pomoci jiným turistům v nesnázích.

Organizace věnující se turistice:

Klub českých turistů – <http://www.kct.cz> (věnují se všem druhům turistiky)

Světová organizace cestovního ruchu – <http://unwto.org> (v angličtině)

Organizace věnující se celé oblasti volného času dětí a mládeže

(turistika a pobyt v přírodě je jednou z oblastí činnosti)

Asociace – TOM (Asociace turistických oddílů mládeže) – www.a-tom.cz

Pionýr – <http://www.pionyr.cz>

Junák – svaz skautů a skautek ČR – <http://www.skaut.cz>

Duha – sdružení dětí a mládeže pro volný čas, přírodu a recesi – <http://www.duha.cz>

Sokol – sdružení pro radost a zdraví – <http://www.sokol.eu>

Existuje také mnoho malých i velkých turistických a tábornických oddílů organizovaných pod domy dětí a mládeže, středisky a centry volného času nebo pod neziskovými organizacemi.

Kontakt na tyto organizace najdete na webech ICM nebo přímo v kamenných centrech – <http://www.icm.cz> -> v sekci ICM v ČR, mnoho neziskových organizací je také členem České rady dětí a mládeže (Krajských rad dětí a mládeže) – <http://www.crdm.cz>.

Cyklistika

Cyklistika obecně označuje jízdu na jízdním kole s rekreačním, sportovním, turistickým anebo dopravním zaměřením. Jaký je mezi tím rozdíl?

Rekreační a turistická cyklistika

Hlavním cílem je zábava a poznávání nových míst, stejně jako u turistiky pěší. Začátky cykloturistiky sahají na českém území na konec 19. století. Největší rozmach ale cykloturistika zaznamenala po rozšíření horských a trekových kol. Vzniklo hodně cykloturistických oddílů a sdružení. Také vzniklo hodně cestovních kanceláří zabývajících se touto činností. Rozvoji cykloturistiky pomáhá stále větší počet cyklotras a cyklostezek, které poslední léta vznikají kolem měst a obcí.

Dopravní cykloturistika

Celosvětově se jedná o nejobvyklejší formu cyklistiky. Jde především o dojíždění do školy, do práce nebo rozvážení poštovních zásilek či novin.

Sportovní cyklistika

Když budeme mluvit o *sportovní cyklistice*, můžeme mluvit o závodnících a profesionálních sportovcích. To ale neznamená, že se těmito „druhům cyklistiky“ nemůžete věnovat jen tak pro zábavu a rekreaci. Jen to často vyžaduje nějaké speciální vybavení a odvahu.

Rozdělení sportovní cyklistiky:

- rychlostní cyklistika dráhová a silniční
- cyklistika terénní – BMX (Bicycle Motorcross – adrenalinový sport podobný skateboardingu), biketrial (jezdci zdolávají překážky bez dotyku těla země), MTB (Mountain bike – horská cyklistika) a cyklokros
- cyklistika sálová – kolová (fotbal na kolech) a krasojízda

Cyklistice se u nás věnuje nejdéle **Český svaz cyklistiky**, který je nejstarším sportovním svazem v České republice. Byl založen v listopadu roku 1883 na pražském Smíchově a za člena UCI – Union Cycliste Internationale – byl přijat až v roce 1920 v Antverpách.

Český svaz cyklistiky – <http://www.ceskysvazcyklistiky.cz>

Union Cycliste Internationale – <http://www.uci.ch>

Zkuste to NaKole.cz – cyklistika, cykloturistika, cestování na kole – <http://www.nakole.cz> (zde najdete také spoustu zajímavých odkazů).

Mnoho užitečných informací najdete na webu CyklistéVítání.cz, který zveřejňuje informace o certifikovaných službách pro cyklisty – <http://www.cyklistevitani.cz>.

Geocaching

Geocaching je hra, která spočívá v použití navigačního systému GPS při hledání skryté schránky nazývané cache (v češtině psáno i keš) nebo také pokladů, o nichž jsou známy jen jejich zeměpisné souřadnice. Při hledání se používají turistické přijímače GPS nebo je možné využít turistickou mapu, resp. její obdobu na internetu. Člověk zabývající se geocachingem bývá označován slovem geocacher, česky též geokačer nebo prostě kačer. Po objevení cache, zapsání se do logbooku a případné výměně obsahu nálezcze schránku opět uschová a zamaskuje. Lidé nezabývající se geocachingem se nazývají mudlové.

Jednou ze základních myšlenek geocachingu je umísťování keší na místech, která jsou něčím zajímavá, a přesto nejsou turisticky navštěvovaná. V popisu cache jsou pak uvedeny informace o místě s jeho zvláštnostmi a zajímavostmi. Cache se ale umísťují i do zajímavých míst velmi frekventovaných a oblíbených turisty. Podmínkou nalezení a otevření kešky je nepřítomnost mudlů. Často je hledání cache spojeno s úkolem (hádanka, hlavolam, ...), který bývá velkou zábavou.

Seznamy jednotlivých cache se souřadnicemi, rady jak začít (v angličtině) – <http://www.geocaching.com>

Český server se seznamy cache – <http://www.opencaching.cz>

Slovenský server o geocachingu – <http://www.geocaching.sk>

Magazín o geocachingu psaný geocachery – <http://www.poklady.com>

Vodáctví

Vodáctví je jednou z forem turistiky, kde jako prostředek k přesunu z jednoho místa na jiné se využívají různé druhy plavidel. Z toho vyplývá, že je nejvíc rozšířena na říčních tocích. Pro účely vodní turistiky se sjízdné úseky toků řek hodnotí stupněm obtížnosti, který se zapisuje níže uvedenými zkratkami (různé stupně vyžadují odlišné vybavení). V České republice (a okolí) se používá tzv. alpský systém, jenž se mírně liší od systému, který se organizace American Whitewater snaží prohlásit za mezinárodní.

Stupeň obtížnosti se stanovuje podle nejtěžších míst na daném úseku, ale mezi ně se nezapočítávají ojedinělé krátké překážky, které lze překonat jinak (přenést) – typické jsou jezy. Obtížnost vodního toku je velmi závislá na stavu vody (průtoku).

Sjíždění divoké vody se často považuje za extrémní sport.

Stupně obtížnosti:

Proudící voda se označuje zkratkou ZW (z německého Zahmwasser, tj. „mírná voda“):

Označení	Charakteristika	Vhodná plavidla	Příklad u nás
ZW A	stojatá nebo slabě proudící voda, max. rychlost 4 km/h	plachetnice, veslice	přehrady apod.
ZW B	mírně proudící voda, rychlost chůze (okolo 5 km/h)	veslice, otevřené kánoe	Lužnice z Dobronic
ZW C	tekoucí voda, rychlost přesahuje 6 km/h, proud je souvislý, netvoří vlny, ale za překážkami se mohou tvořit zpětné proudy	otevřené kánoe, sportovní pramice	Berounka

ZW nevyžaduje větší vodácké dovednosti nežli v případě potřeby být schopen včas přistát před překážkou, popř. uhnout z plavební dráhy. Umět plavat není nutné, ale neplavci by měli být vybaveni plovací vestou. Ta je v některých případech vhodná i pro dobré plavce, např. při velké vzdálenosti ke břehu na širých vodních plochách.

Divoká voda se označuje zkratkou WW (z německého Wildwasser, tj. „divoká voda“) a římskými číslicemi se rozlišují stupně:

Označení	Charakteristika	Vhodné pro	Vhodná plavidla	Doporučené minimální vybavení	Příklad u nás
WW I	lehké peřeje nebo meandry	mírně pokročilé	otevřená kánoe, sportovní pramice	plovací vesta	Vltava kolem Divčího kamene
WW II	mírně těžké peřeje, praktická hranice sjízdnosti pro otevřenou loď	zkušené	kajak, (polo) uzavřená kánoe, malé nafukovací lodě	plovací vesta, helma	Svratka v úseku Doubravník – Borač
WW III	těžké peřeje s vysokými nepravidelnými vlnami, obtížná rozhraní, malé válce, nelze vždy snadno určit optimální trasu	sehraná posádka	zavřené lodě, samovylévací nafukovací kajaky nebo kánoe, malé rafty	plovací vesta, helma, házeací pytlík	Otava z Čenkovy pily

Označení	Charakteristika	Vhodné pro	Vhodná plavidla	Doporučené minimální vybavení	Příklad u nás
WW IV	velmi těžké přeje, vlny s hřebeny (zabaláky), válce, víry a velké karfioly, obtížná samozáchrana, trať by měla být známa předem	fyzicky zdatné, zkušené posádky v navzájem se jistící skupině	zavírené lodě, nafukovací kánoe pro těžký terén, rafty	plovací vesta pro těžký terén, helma, házečí pytlík, zdravotnické vybavení	některé úseky přejeji na Vltavě mezi Lipnem I a II
WW V	extrémně těžké přeje, zabaláky, těžké válce, spodní proudy, skoky, omezené možnosti samozáchran, nutná prohlídka a detailní znalost průjezdu tratí	výjimečně zdatné a sehrané skupiny, jištění ze břehu	zavírené lodě, velké rafty	plovací vesta pro těžký terén, helma, házečí pytlík, zdravotnické vybavení	Labe – kaskáda ve Vrchlabí
WW VI	hranice sjízdnosti, nejtěžší podoba všech možných překážek	týmy speciálně sestavené a trénující za účelem splutí daného úseku	lodě speciálních konstrukcí dle podmínek daného úseku	nejlepší dostupné vybavení dle podmínek daného úseku	vodopády na Mumlavě

Vše o vodáctví včetně kontaktů na některé kluby a oddíly najdete na webu <http://www.raft.cz>.

Vodáctví se také hodně věnují oddíly vodních skautů – <http://www.skaut.cz> – a některá střediska Sokola – <http://www.sokol.eu>.

Činnost středisek Českého červeného kříže – <http://www.cck-cr.cz> – je také úzce spojena s vodáctvím.

Outdoorové (extrémní) sporty

Extrémní sport je v původním významu sport, jehož provozování je spojeno s vyšším rizikem a doprovázeno je domnělým zvýšením hladiny adrenalinu v krvi (ve skutečnosti jde o endorfin, dopamin a serotonin). V dnešní době jsou k extrémním sportům řazeny také sporty, které nejsou příliš propagovány či podporovány na komerční úrovni a jejichž provozování se omezuje na nepříliš početné skupiny nadšenců, které však u ostatních vyšší riziko evokují i přesto, že s jejich provozováním často není spojeno. I takový sport se ovšem časem může proměnit

v masovou záležitost, o čemž svědčí např. snowboarding, který byl v roce 2002 zařazen do programu olympijských her.

Existují více než tři desítky extrémních sportů. Od již zmiňovaného snowboardingu, přes rafting po bungee jumping, ale třeba také parkour. Podívejme se tedy na ty nejrozšířenější a nejoblíbenější extrémní sporty.

Bungee jumping

Určitě to všichni znáte. Parta lidí stojící na mostě i pod ním, nebo třeba kolem jeřábu, s fotoaparáty a kamerami. Nahoře mezi nimi stojí jeden, případně dva a za nohy mají uvázané pružné lano. Pak prostě skočí a padá dolů! Lano se těsně nad zemí napne natolik, že skokana vymrští o velký kus zpátky nahoru. Je to zážitek! Není však vhodný pro každého ;-)

Bungee jumping může být také dobrým adrenalinovým dárkem.

Stránky zabývající se tímto sportem – <http://www.bungeejumping.cz>, několik informací také můžete najít na serveru <http://www.adrex.cz>.

Horolezectví

Je další oblíbený adrenalinový sport. Lze jej považovat za zvláštní zálibu, pro někoho ale třeba i životní styl nebo poslání. Horolezectví dnes zahrnuje tak širokou škálu činností, že se nějaké definici vzpírá.

Kromě společného původu je možno horolezecké disciplíny sdružit na základě prosté definice: Horolezectví je pohyb v horolezeckém terénu.

Horolezectví lze přibližně dělit podle terénu, ve kterém se leze:

na umělých stěnách (většinou v halách, lanových centrech a tělocvičnách)

bouldering – lezení bez lana (obvykle nízko nad zemí)

sportovní lezení krátkých cest na skalách

lezení ledů (nebo horolezectví v ledovcových velehorách)

výškové horolezectví (ve vysokých velehorách)

buildering – lezení po budovách a mostech

Je samozřejmé, že různé podmínky přinášejí různé problémy, a tedy ne každé odvětví „lezení“ může dělat úplně každý. Více o horolezectví se dozvíte:

Extrémní sporty – horolezectví, parašutismus, potápění a další – <http://www.adrex.cz>

Český horolezecký svaz – <http://www.horosvaz.cz>

Největší horolezecký server – <http://www.lezec.cz>

Portál o horolezectví, sportovním lezení, skialpinismu zaměřený více na horské lezení, databáze cest a chat – <http://www.horyinfo.cz>

Nově přepracovaný metodický web (názorné videoukázky) –

<http://www.horolezeckametodika.cz>

Horolezecký průvodce zejména alpskými oblastmi – <http://www.lezeckarevue.cz>

Snowboarding

Je zimní sport podobný lyžování, ale především letním sportům skateboardingu a surfu. Je to jízda na prkně pevně připnutém k oběma nohám jezdce (snowboardu) ve snowparku, na sjezdovce nebo ve volném neupraveném terénu. Od roku 1998 je součástí zimních olympijských her.

Asociace českého snowboardingu – <http://www.snowboarding.cz>

Nejrozsáhlejší český web o snowboardingu – <http://www.freeride.cz>

Další informace můžete najít na <http://www.snowboarding.kx.cz>.

Paragliding

Patří k leteckým sportům. K pohybu vzduchem se používá paraglidingové křídlo – padákový kluzák. Startuje se ze speciální plošiny nebo z kopce rozběhem, případně z roviny pomocí vlečného zařízení. Křídlo tím „nabere vítr“ a lze uletět až stovky kilometrů a vydržet ve vzduchu mnoho hodin. Obrovským sportovním zážitkem jsou dlouhé přelety nad krajinou.

Webové stránky o paraglidingu, motorovém paraglidingu, rogalech a mnohém dalším – <http://www.skyfly.cz>

Server o paraglidingu ze všech možných úhlů pohledu – <http://www.pgweb.cz>

Parašutismus (v angličtině „Skydiving“)

Je novodobý outdoorový adrenalinový sport. Vyletíte letadlem doslova do oblak a s obrovskou odvahou skočíte dolů a doslova letíte volným pádem. Výsadek může probíhat ve výškách od 700 do 4 000 metrů nad úrovní terénu. V závislosti na výšce výsadku, poloze a výšce otevření padáku se výsledná pádová rychlost pohybuje v rozmezí cca 180–330 km/h a volný pád může trvat až jednu minutu. Padák se otvírá ve výšce cca 1 000 metrů nad zemí a v případě nízkých seskoků a případně závad hlavního padáku se padák otvírá nejpozději mezi 300–500 m nad zemí. Po otevření padáku už zbývá pouze bezpečně se vyhnout všem překážkám, jako je vedení vysokého napětí nebo budovy, a přistát na dobrém místě. Zkušený parašutista dokáže přistát velice přesně, čehož se využívá ve sportovní disciplíně na přesnost přistání.

Aeroklub České republiky – <http://www.aecr.cz>

Server o parašutismu – <http://www.skydivemania.cz>

Český server věnující se parašutismu – <http://www.4000.cz>

Parkour (někdy též **Le Parkour** a také jako zkratka PK)

...neboli umění pohybu / umění přemístění, je disciplína francouzského původu, jejímž základem je schopnost dostat se z bodu A do bodu B (a také umět se dostat zpět) bezpečně, plynule a účinně (efektivně) za použití vlastního těla.

Parkour pomáhá v překonávání libovolných překážek v okolním prostředí – od větvi přes kameny a skály až po zábradlí a betonové zdi – může být provozován jak ve městě, tak na venkově.

Parkour se zaměřuje na trénink účinných pohybů a rozvoj těla a mysli, aby se člověk ve všech situacích uměl pohybovat klidně a sebejistě.

Světový parkourový portál – <http://www.parkour.net> (v angličtině)

Český parkourový portál – <http://www.parkour.cz>

Web o parkouru, free runningu a lezení – <http://www.saltomortale.cz>

Skateboarding

Je sport, který se vyvinul ze surfingu. Používá se zde také prkno – skateboard – k jízdě a provádění triků. Skateboarding lze chápat jako rekreační aktivitu, umění, práci nebo typ dopravního prostředku. Během let se průběžně skateboarding velice měnil, co se týče triků, stylu jízdy a stavby samotných skateboardů. Na světě je přibližně 18,5 milionů skateboardistů. Při průzkumu se ukázalo, že z dotazovaných bylo 85 % mladších osmnácti let a 74 % z dotázaných byly ženy. Čekali jste, že je to sport hlavně kluků? Zajímavé, že?

Český skate web – <http://www.skaterock.cz>

Internetový časopis o skateboardingu – <http://www.grind.cz>

Portál české skateboardové komunity – <http://www.myride.cz>

Powerbocking

Je v podstatě žhavou novinkou! Skákací boty nebo také sedmimílové boty jsou sportovní nástroj sloužící jako alternativa k trampolíně. Jde o konstrukci upevňující se na nohy vybavenou pružinami o různé tuhosti (v závislosti na váze). Skákací boty tak umožňují rychlý běh, skákání nebo různé akrobatické kreace.

Evropský server o powerbocking – <http://www.powerbock.eu/> (v angličtině)

Česká asociace powerbocking – organizace sdružující jednotlivé skokany i týmy a zaštiťující sportovní akce – <http://www.capb.cz>

Lanová centra

Jedná se o adrenalin pod dohledem a v podstatě bez rizika. Pod vedením zkušeného instruktora si můžete užít mnoho lanových překážek vysoko nad zemí (cca od 4 do 8 m nad zemí).

Seznam lanových center – <http://www.adrex.cz> -> v sekci Další sporty -> Lanová centra v ČR

Síť lanových center PROUD – www.lanovecentrum.cz



Kolektivní sporty

V kolektivních sportech proti sobě nastupují dvě skupiny hráčů. Výsledek je výrazně vyšší měrou ovlivněn součinností a souhrou vždy celého týmu než individuálními výkony jednotlivých hráčů.

V profesionální sféře je pevně stanoven počet hráčů na hřišti, možnosti střídání a mnohé další. Velká část těchto sportů je oblíbená „jen tak pro rekreaci“ skupin kamarádů a zde se tato pravidla tolik nedodržují.

Mezi kolektivní sporty letní patří například: basketbal, florbal, fotbal, házená, inline hokej, nohejbal, lakros, ringo nebo třeba volejbal.

Kolektivní sporty pálkovací: baseball, kriket, softbal.

Kolektivní sporty zimní: zejména lední hokej.

Kolektivními sporty se zabývá mnoho organizací v každém městě. U kolektivních sportů nejde pouze o hru, výhru, případně profesionální úroveň tohoto sportu. Velmi důležitým efektem, hlavně u dětí, je především rozvoj smyslu pro fair-play, spolupráce, přizpůsobení se ostatním a další získávání sociálních kontaktů.

Například fotbalové kluby existují téměř v každém menším městě a vesnici.

Velkou organizací zastřešující sportovní útvary v mnoha městech je Sokol – <http://www.sokol.eu>

Kontakty na mnoho dalších sportovních organizací získáte v informačních centrech pro mládež. Zkontaktujte ICM vám nejbližší, rádi vám pomohou – <http://www.icm.cz> -> v sekci ICM v ČR.

Lehké sporty

Především **atletika**, která zahrnuje přirozené pohybové vlastnosti člověka – tj. běh, chůze, skoky, ... Mezi lehké sporty se řadí také **jóga a gymnastika**, která znázorňuje tělesné cvičení, jehož cílem je rozvoj lidského těla a udržení dobré výkonnosti.

Mezinárodní asociace atletických federací – <http://www.iaaf.org> (v angličtině)

České stránky atletického svazu – <http://www.atletika.cz>

Atletika mladých – <http://www.atletikasradosti.cz>

Mezinárodní gymnastická federace – www.fig-gymnastics.com (v angličtině)

Česká gymnastická federace – <http://gymnastika.cstv.cz>

Český svaz moderní gymnastiky – <http://www.csmg.cz>

Český svaz aerobiku – <http://www.csae.cz/>

Orientační sporty

Orientační běh je sport založený na schopnosti orientace v terénu s mapou a buzolou.

Rádiový orientační běh je radioamatérský sport velice podobný „klasickému“ orientačnímu běhu, ale závodník na startu nemá v mapě zakreslené kontroly. Kontroly jsou v tomto případě rádiové vysílače, které musí závodník během závodu zaměřit a vyhledat pomocí rádiového přijímače.

Český svaz orientačních sportovců – <http://www.orientacnisporty.cz>
Asociace rádiového orientačního běhu – <http://www.ardf.cz>

Vodní sporty

„Na lodích“

Jachting je sport provozovaný na plachetních lodích hnaných silou větru.

Český svaz jachtingu – <http://www.sailing.cz>

Veslování se vyvinulo v silově vytrvalostní vodní sport, ve kterém se posádka speciální lehké lodi (tzv. veslice) snaží překonat co nejrychleji stanovenou vzdálenost.

Český veslařský svaz – <http://www.ceskeveslovani.cz> (<http://www.veslo.cz>)

Kanoistika a rafting (vodní turistika, vodáctví – **více ve vodáctví**)

„Na tělo“

Ploutvové plavání je sportovní disciplína, při které plavec používá speciální ploutev a sílu svých svalů. Disciplíny jsou plavání na hladině, pod vodou nebo na nádech. Běžně jde o vzdálenosti od 50 m až po 1 500 m, ale i více.

Potápění může být jako profesionální nebo pro zábavu. Obecně jde o pohyb pod vodní hladinou. Při potápění na delší dobu se používají kyslíkové přístroje.

Svaz potápěčů ČR – <http://www.svazpotapecu.cz>

Synchronizované plavání je známé také jako umělecké plavání nebo závody akvabel. Je jedinečnou kombinací tance, plavání a gymnastiky. Název „synchronizované“ plavání může být poněkud zavádějící, protože kromě dvojic a družstev soutěží také jednotlivci.

Skoky do vody jsou akrobatické skoky z pružného prkna nebo z věže, zakončené dopadem na vodní hladinu z různých výšek.

Mezinárodní federace plaveckých spolků – <http://www.fina.org> (v angličtině)

„Na prkně“

Kitesurfing je sport spočívající v jízdě po vodě na speciálním prkně (tzv. „kiteboard“) za využití tažného draka. Je to jeden z nejrychleji se rozvíjejících sportů.

Mezinárodní kiteboardingová organizace – www.ikorg.com (v angličtině)

Vodní lyžování je individuální vodní sport prováděný na speciálních lyžích. Hnací silou lyžaře je tažný člun nebo speciální vlek.

Vodní lyžování a wakeboarding pro veřejnost – <http://www.water-ski.cz>

Windsurfing je sport, při kterém jezdec na dva až čtyři metry dlouhém prkně využívá pomocí plachty sílu větru k pohybu po vodní hladině. Jedná se v podstatě o spojovací článek surfingu a jachtingu.

Portál českého windsurfingu – <http://www.jibe.cz>

České stránky o windsurfingu – <http://www.windsurfing.cz>

Česká windsurfingová asociace – <http://www.cwa.cz>

Zimní sporty

Na sněhu a na lyžích – lyžování, akrobatické lyžování, skoky na lyžích

Svaz lyžařů ČR – <http://www.czech-ski.com>

Český svaz lyžařských škol – www.csls.cz

Mezinárodní lyžařská federace – <http://www.fis-ski.com> (v angličtině)

Další zimní sporty

Skiboby – cílem je projet určenou trasu v co nejkratším časovém úseku na skibobu, což je v podstatě jízdni kolo vybavené místo kol krátkými lyžemi.

Mezinárodní federace skibobu – <http://www.skibob.org> (v angličtině)

Snowkiting – podobný sport kitesurfingu. Pomocí tažného draka se jezdec prohání na lyžích nebo snowboardu po sněhové pláni.

Curling (lední metaná) je týmový sport, ve kterém se hráči snaží dopravit po ledu své kameny co nejpřesněji do vyznačeného prostoru.

Český svaz curlingu – <http://www.curling.cz>

Světová curlingová federace – <http://www.worldcurling.org/> (v angličtině)

Krasobruslení klade důraz na spojení sportovně technických dovedností na bruslích (skoků, kroků, piruet) s jejich uměleckým ztvárněním, včetně prolnutí celého projevu s hudbou.

Rychlobruslení je individuální závodění na čas. Rychlobruslení se koná na oválných ledových drahách.

Český svaz rychlobruslení – <http://www.rychlobrusleni.cz>

Ostatní sporty

Bojová umění

Aikido, box, judo, karate, kick-box, kung-fu, sumó, taekwondo a další.

Bojové umění neslouží pouze k boji, jak vidíme v názvu. Bojová umění – pokud se provádějí v plném rozsahu – jsou velice náročná a užívají se pro udržování tělesné, psychické i duševní kondice. Základy mnoha bojových umění se využívají pro výuku základů sebeobrany, ale jak praví sedmý zákon karate: „Nejllepší sebeobrana je útěk!“ Je dobré znát pár maličkostí pro případy nouze, ale vždy je lepší se konfliktu obecně vyhnout.

Česká unie bojových umění – <http://www.cubu.cz>

Sporty zaměřené na přesnost

Mnoho z těchto sportů se hrává pro zábavu. Jde totiž o kuličky, bowling, kulečník, kuželky, pétanque nebo třeba o šipky.

Český kuličkový svaz – <http://www.kulicky.com>

Česká bowlingová asociace – <http://www.czechbowling.cz>

Českomoravský billiardový svaz – <http://www.cmbs.cz>

Česká kuželnářská asociace – <http://www.kuzelky.cz>

Česká asociace pétanque klubů – <http://petanque.cstv.cz/>

Česká unie šipkových organizací – <http://www.sipky.org>

Další oblíbené sporty dnešní doby

Airsoft, mažoretky, paintball a žonglování.

Česká encyklopedie airsoftu – <http://airsoftpedie.webdevelopers.cz>

Svaz mažoretek ČR – <http://www.majorettes-nbta.eu/cz/>

Český portál věnující se paintballu – <http://www.paintball-online.cz>

Vše o žonglování – <http://www.zongler.cz>

Celý život sportujeme. Někdo víc, někdo míň. Někdo běhá na běžícím páse v posilovně, někdo jiný chodí občas do parku, další se sportu věnuje profesionálně. Nejde o to, jaký sport a jak intenzivně ho děláme. Důležité je, že nás to baví!

„Umění pohybu je druh svobody. Je to druh sebevyjádření. Nemyslím, že existuje jasná definice. Když vysvětlujete umění pohybu lidem, říkáte: šplhám, skáču, běhám, zůstávám v pohybu! To je ono! Je to stav mysli. Je to sebedůvěra a získávání energie. Lepší znalost těla, schopnost pohybovat se, překonávat překážky v reálném i psychickém životě. Cokoliv, co působí na tvou hlavu, na tvoje srdce. Cokoliv na tebe působí fyzicky.“

Chau Belle-Dinh

FESTIVAL ZE VŠECH STRAN

Rock for People, Pražské jaro, SázavaFest, CzechTek, ale také třeba ProtiProudu, Zámostí a mnohé další – dvěma slovy – hudební festivaly.

Co to vůbec je festival? Slovo *festival* pochází z latinského slova *festive* a znamená událost. Podle druhé verze slovo *festival* pochází ze středověké angličtiny a francouzštiny se základem ve starém latinském slově *festivus* znamenajícím oslavu. První festivaly pořádali kmenoví šamani jako oslavu slunovratu.

V dnešní době se festival chápe jako veřejná přehlídka soutěžních i nesoutěžních uměleckých děl, uměleckých výkonů a artefaktů, ale také jako sjezd většího množství lidí na společenskou událost často slavnostního rázu. Festivaly máme nejenom hudební, ale také filmové, divadelní, literární, taneční a mnohé další.

Každý festival má mnoho tváří. Podívejme se na jeden, do jehož přípravy a organizace jsem se mohla zapojit, pěkně pod lupou.

Zámostí – festival plný protikladů

Zámostí je dvoudenní hudební festival proklínaný i oslavovaný. Centrum malebného městečka v srdci Vysočiny již od roku 1997 vždy první víkend v červnu ožívá přívalem několika tisíců příznivců hlasité hudby.

Obyvatelé města jej proklínají, návštěvníci si to užívají, organizátoři trpí půl roku před akcí stresem, děti na základní škole se speciálním výukovým programem Cyrilometodějská v Třebíči se radují. Opravdu je to festival plný protikladů.

Jak festival vznikl?

Uspořádat Zámostí napadlo hlavního pořadatele Milana Šťastného po návštěvě Boskovic, kdy tamější Jazzový festival přenesl do Třebíče. Společně se svými partnery jej pak modifikoval spíše do techna a obměňují jej každý rok podle aktuálních hudebních proudů.

Festival Zámostí vznikl v roce 1997 na podporu základní školy Cyrilometodějská a jejích výtvarných technik. Nosná myšlenka festivalu zůstala a přes veškerá úskalí organizátoři každoročně přispívají nemalým obnosem peněz této škole.



První ročník proběhl v areálu Subakovy továrny v třebíčské části Zámostí. Tento prostor dodal celému projektu velmi zajímavou atmosféru a uvedl festival velmi dobře do života.

Zámostí má dnes již mnohaletou tradici a i přes krušné chvíle jej každoročně během dvou dnů navštíví okolo 5 000 návštěvníků. Svoji kariéru zde začínaly skupiny jako Wohnout nebo třeba Hypnotix.

Jak se festival vyvíjel?

Již od úplného začátku má Zámostí dvě hudební a jednu taneční scénu a spoustu doprovodného programu. Postupem času přibýly dvě hudební scény za branami areálu a jsou přístupné veřejnosti, která nemá vstupenku přímo na festival.

Byla doba, kdy pořadatelé ve spolupráci s Městským kulturním střediskem dělali festival vedle festivalu, tzv. Zámostí v modrém (později rudém), který navštěvovalo tisíc obyvatel Třebíče zdarma. Židovská čtvrť, dnes již památka UNESCO, se tehdy zahalila do umělé mlhy, lampy svítily modře (rudě), probíhaly zde koncerty, divadla, ohňové show a mnohé další. Festival vedle festivalu probíhal pouze po dobu čtyř let, protože město jej přestalo podporovat.

Co je schováno v přípravách takové akce?

Festival připravuje ve svém volném čase desetičlenný tým, který se za celou dobu konání nezměnil. První schůzka této desítky probíhá začátkem listopadu předchozího roku, tedy sedm měsíců před začátkem akce. Tou dobou se teprve rozhoduje, zda se uskuteční další ročník. Následně se začne dávat dohromady program, shání se kapely, sponzoři, domlouvá se technické zázemí, případně se zajišťuje podpora města, kterou poslední dobou festival moc neměl.

Příprava programu finišuje v průběhu března a zbývající necelé tři měsíce jsou věnovány jen a jen propagaci.

Na samotné akci je přibližně 80 dobrovolníků, kteří zajišťují bezpečnost v areálu, vstup, péči o vystupující, hlídání stanového městečka a sbírání odpadků na louce. Tyto dobrovolníky zajišťují převážně vodní skauti z Třebíče.

Krizové momenty

Hrozilo odsunutí z centra Třebíče za hranice města. Důvod – hluk a drogy...

- **Hluk** je bohužel s hudebním festivalem spjat. Na druhou stranu, komu to opravdu vadí, odjíždí na chatu, chalupu, k babičkám či tetičkám. Vždyť v červnu už bývá krásně. Festival je ve stejný termín již od roku 1997 a plakáty jsou zveřejněny každý rok na konci března. To je dost času se na to připravit. Někteří obyvatelé města však ocení, že doma otevřou okno a slyší koncerty kapel, jako je Horkýže Slíže, Wohnout, NightWork nebo třeba Ivan Mládek a Banjo band. :o)

- **Drogy** – Na festival je každoročně zvána protidrogová policie a v průběhu festivalu dělá několik kontrol. Stejně tak jsou pořadateli odmítány služby na výměnu stříkaček, protože pořadatelé drogy zásadně odmítají a snaží se je z festivalu vytlačit.

Porušení statiky zámku

Festival probíhá od roku 1998 na Podzámecké nivě v Třebíči, a tím tedy sousedí s třebíčským zámkem, který je spojen s Bazilikou sv. Prokopa, která je zapsána do seznamu památek UNESCO. V nedávných letech proběhla celorepublikovými médii informace, že hluk způsobený festivalem narušil statiku zámeckých hradeb. Následně však statistik toto tvrzení označil jako nesmysl a výsledkem tohoto útoku byla jen větší propagace této akce.

Finance

Rozpočet festivalu je přibližně mezi jedním a dvěma miliony korun, z čehož asi půl milionu je od sponzorů a zbytek tvoří vstupné. Vstupenky se prodávají až po sestavení programu a uzavření všech smluv, takže je to pro organizátory trošku sázka do loterie.

Stalo se, že nevyšlo počasí, účast klesla na polovinu, a festival tak prodělal řádově několik stovek tisíc korun. Tento dluh nezaplatí daňový poplatníci, jako tomu je u akcí pořádaných městem či obcí, musí ho uhradit organizátoři z vlastní kapsy. Obyvatelé si neuvědomují, že mají tuto obrovskou kulturní akci, která propaguje mohutně jejich město mezi mladými lidmi, naprosto zdarma.

Festivally jsou často hlučné, můžeme z nich mít pocit drogových orgií a z médií posloucháme jen to „protizákonné“ a neslušné. Veřejnost potom tyto akce odsuzuje a masově se dožaduje jejich zrušení.

Ale co když má taková akce za cíl ukazovat světu dobrou hudbu, dávat prostor začínajícím kapelám nebo udělat radost postiženým dětem ve škole? Co když organizátoři sami bojují proti drogám a dělají všechno proto, aby je ze svého festivalu dostali pryč? Stejně jako je tomu v Třebíči.

Ano, hudební festival je něco jiného než hodinový koncert v nějakém klubu či divadelním sále, už jen počtem lidí. Na ulici běžně potkáváme narkomany, míjíme odpadky na zemi, posloucháme hudbu linoucí se z obchodů a hospod a nikomu to nepřijde divné nebo špatné, nikdo to neodsuzuje. Každý den je v podstatě stejný jako hudební festival, ale s jediným rozdílem – tou ulicí jdeme sami, na festivalu jsou těchto samotářů tisíce.

Další festivaly

Mnoho zajímavých festivalů najdete na webech:

<http://www.czech-festivals.cz>

<http://www.hudebnifestivaly.com>

<http://www.letnifestivaly.info>

Informace nejen o festivalech, ale i o spoustě zajímavých kulturních akcí najdete také na webech:

<http://www.informuji.cz>

<http://www.kudyznudy.cz>

<http://www.ireport.cz>

V informačních centrech pro mládež – <http://www.icm.cz> – v sekci ICM v ČR – najdete kontakty na všechny ICM v ČR, která vám mohou poskytnout aktuální informace o kulturním dění v kraji.

Další informace o festivalech naleznete v turistických a městských informačních centrech a v kulturních centrech ve vašem městě či regionu.

Volný čas nemusí být nuda...

... touto větou se v Třebíči propaguje Občanské sdružení KADET a Dům dětí a mládeže Hrádek Třebíč do toho křičí: „Nuda je out, buď in!“ a já s nimi musím jen souhlasit.

Volný čas můžeme trávit mnoha způsoby a rozhodně to nemusí být nuda. Můžeme se věnovat dobrovolnictví, můžeme chodit za kulturou, můžeme cestovat a poznávat nová a zajímavá místa, nebo si můžeme chodit zaběhat či zahrát bowling.

Avšak nedílnou součástí možností trávení volného času je další rozvoj našich osobností.

Každý dům dětí a mládeže, každé středisko volného času, každá nezisková organizace nabízí svým návštěvníkům nejen zábavu, ale také něco víc. Nabízí, že se můžete něco naučit. A jak? No přece hrou! Říkáme tomu **neformální vzdělávání**. Nechodíme totiž do školy (kterou máme povinnou), ale vzděláváme se dobrovolně, třeba i při zaměstnání, v jakémkoliv oboru.

Neformální vzdělávání je zaměřeno na osvojování dovedností i postojů důležitých pro život a přípravu k aktivnímu občanství a zahrnuje jak individuální, tak skupinové učení s kolektivním přístupem. Je celistvé a je za-

měřeno na průběh procesu učení a na zkušenosti a činnosti vycházející z potřeb účastníků.

Podívejme se na nabídku nejrozumnějších domů dětí a mládeže nebo neziskových organizací. Najdeme zde **pravidelnou činnost**, jako je keramika, počítače, flétnička a kytara, nějaký ten sport, turistický nebo tábornický oddíl, a to všechno napříč různými věkovými skupinami.

Mimo pravidelné aktivity pro nás tyto organizace chystají tzv. **jednorázové akce**, kam můžeme přijít jen na jedno odpoledne nebo na víkend a i zde si hrajeme a učíme se.

Všichni pracovníci a dobrovolníci věnující se dětem a mládeži v jejich volném čase zaslouží velké DÍKY, na které se často zapomíná. Vždyť právě to, co děláme ve svém volném čase s kamarády a s radostí, nám dává ty nejhezčí vzpomínky...

„Nevyplňujeme dětem jejich volný čas, formujeme budoucnost!“

Milan Mikin Appel – SVČ Lužánky

Více informací hledejte v kapitole Vzdělávání, str. 7

SOCIÁLNĚ PATOLOGICKÉ JEVY

Ne každému z nás je osud nakloněn stejně. Někteří jsou bohatší než druzí, jiní mají pevnější zdraví, někdo má zase větší společenský vliv než ostatní. Životy některých lidí jsou navíc ovlivněny rozličným zdravotním či tělesným postižením nebo nežádoucí sociální situací – všechny tyto jevy mohou lidem značně ztěžovat jejich fungování ve společnosti. V dřívějších dobách byli lidé se specifickými potřebami spíše odsouváni stranou společnosti a ani lidé, ocitající se v nepříznivém sociálním stavu, nenalézali u ostatních příliš pochopení. Postupem času se však tento postoj začal měnit. Výrazným znakem dnešních vyspělých států je široký systém sociálních služeb pomáhajících žít běžným životem lidem, kteří mají nějaké těžkosti. Sociální služby usilují o jejich začlenění do společnosti nebo návrat do dřívějšího života, o zachování jejich osobního rozvoje a společně se svými uživateli se snaží docílit co nejvyšší míry jejich samostatnosti.

Síť sociálních služeb je v ČR vcelku mladá a v leckterém ohledu se teprve rozkukává. Její značný rozvoj nastal po roce 1989 a byl posílen naším vstupem do EU. Přesto je systém sociálních služeb v naší zemi velmi rozsáhlý a jeho odbornost a kvalita se rychle prohlubuje.

Poskytovateli sociálních služeb jsou obce a kraje, nestátní neziskové organizace a fyzické osoby nebo Ministerstvo práce a sociálních věcí (MPSV). Většina sociálních služeb je bezplatná či je hrazena ze zdravotního pojištění, některé vyžadují od svých klientů finanční spoluúčast. Hlavní slovo v udílení chodu sociální politiky a fungování sociálních služeb má MPSV. To také spravuje Registr poskytovatelů sociálních služeb, který je z adresy <http://iregistr.mpsv.cz> dostupný i v elektronické podobě. Registr obsahuje kontaktní údaje a charakteristiky všech institucí působících v sociální sféře. Na samotných stránkách MPSV <http://www.mpsv.cz> jsou pak umístěny obsáhlé informace ze sociální oblasti.

Valná část sociální sítě je zaměřena na pomoc lidem postiženým sociálně patologickými jevy. Těmi nemáme na mysli zdravotní či tělesná postižení, ale okolnosti, které k nám přicházejí zvenčí a které, nedokážeme-li se jim ubránit, mohou v různé míře znesnadňovat život nám i našemu okolí. Mezi tyto společenské nepříznivé jevy patří bezdomovectví, drogová závislost, alkoholismus, kouření, delikvence, šikana, záškoláctví, poruchy příjmu potravy, prostituce, některá sektářská hnutí a pak samozřejmě všechny formy kriminálního chování a porušování lidských práv a svobod, především pak domácí násilí, týrání a zneužívání dětí, obchodování s lidmi, diskriminace, xenofobie a rasismus.

Jedním okruhem lidí, kteří jsou společensky nežádoucími jevy ohroženi nejvíce, jsou děti a mládež. Na prevenci a pomoc v této oblasti má velký vliv Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, které zajišťuje vzdělávání sociálně znevýhodněných dětí, dětí azylantů a cizinců, institucionální výchovu, dbá na informovanost mládeže o rizikovém chování a zdraví a zdravém životním stylu.

Přibližme si, v čem společensky nežádoucí jevy spočívají, jaké jsou jejich příčiny a následky a především – jak je možné jim předcházet a na koho se v případě potíží obrátit.

BEZDOMOVECTVÍ

Pod slovem „bezdomovec“ se pravděpodobně většině z nás vybaví tentýž obraz, podbarvený podobnými pocity a dojmy. Dlouhodobější bezdomovectví se totiž jen těžko skrývá a nese s sebou úskalí, která pak člověka často nápadně odlišují od ostatních. Tato odlišnost může v lidech, kteří střechu nad hlavou mají, vyvolávat nepochopení, strach až opovržení. Přinejmenším mírně nesví se při prvním kontaktu s bezdomovcem cítíme nejspíš všichni, na tom není nic zvláštního. Měli bychom si však uvědomit, že i lítost, která naše rozladění pravděpodobně doprovází, je opodstatněná.

Naprostá většina lidí bez domova shodně vypovídá, že jejich vyhoštění na ulici bylo nečekané a rychlé, že stačila kratičká chvíle a z pozice zajištěného a bezstarostného člověka sklouzli do kategorie bezdomovců.

Nejčastější příčinou bezdomovectví je ztráta zaměstnání, nejednou bývá na vině rozvod či odchod z rodiny nebo dětského domova, ve kterém mladí lidé po dosažení 18 let nemohou nadále bydlet. Také návraty z výkonu trestu jsou v tomto ohledu zrádné. Vedle náhlých změn jsou tu příčiny, které na člověka doléhají delší dobu a on o nich ví, které však bývá obtížné změnit. Nízká úroveň životního minima, nedostatek cenově dostupného bydlení, špatné hospodaření v domácnosti a její zadluženost na jedné straně, osamělost, nesamostatnost, nemoc, staří nebo nej-různější závislosti na straně druhé – to vše může cestu k bezdomovectví lemovat. A kolikrát jsou to tyto faktory samy o sobě, které ke ztrátě bydlení vedou. Bylo by tudíž chybou si myslet, že člověk, který se ocitne na ulici, si za to může jen a pouze sám. A to i ve chvíli, kdy si bezdomovectví zvolil dobrovolně – i zde je potřeba brát v úvahu psychické zdraví člověka, jeho předchozí životní zkušenosti a podobně.

Koncem roku 2010 uvádí zpravodajství České televize značně vyšší počet – hovoří o přibližně pěti tisících pražských bezdomovců. I když vezmeme v úvahu potíže,

Nikdo nezná přesné údaje o počtu bezdomovců v ČR. Sestavení takové statistiky by bylo značně obtížné. Je však zřejmé, že nejvíce lidí bez domova pobývá na území hlavního města. Pražský magistrát nechal v roce 2007 vypracovat studii, ze které vyplývá, že tzv. zjevných bezdomovců – to zname-

ná těch, kteří žijí na ulici, ve squatech či na nádražích a které lze víceméně snadno spočítat – je jen v Praze kolem tisíce. K tomu je však nutné připočítat přibližně jednou tolik lidí, kteří využívají nocleháren, azylových domů či přespávají u svých známých.

*Zdroj: Magistrát hlavního města Prahy,
<http://www.magistrat.praha-mesto.cz>*

kteří podobná sčítání doprovázejí a zkreslují konečný výsledek, dokládá toto vysoké číslo skutečnost, že lidí bez domova přibývá.

Delší život bez přístřeší s sebou přináší spoustu potíží. Bezdomovci jsou snadnými oběťmi drobných krádeží, a tak velmi často přicházejí o své doklady. Obnova dokladů je zdoluhavá a složitá a člověku, který byl vyhoštěn ze společnosti, se může zdát až nedosažitelná. A který zaměstnavatel by dal práci uchazeči bez dokladů? Návrat k běžnému životu je tím citelně ztížen. Také možnost získat podporu v nezaměstnanosti či pobírat sociální dávky se bezdomovcům bez dokladů vzdaluje.

Závažnějším problémem bývá zdravotní stav. Rozmary počasí, nekvalitní strava a psychická vyčerpanost škodí, a to velmi znatelně, drtivě většině bezdomovců.

Člověk bez domova ztrácí zázemí – a to i citové. Přichází o rodinu, která by mu pomohla, nemá o koho se opřít. Ostatní lidé na něj nevlídně reagují a svět se začíná tvářit nepřátelsky. Bezdomovec k němu ztrácí důvěru a vzrůstá v něm strach ze společnosti. Vymanění se z života na ulici pak může být opravdu obtížné.

Odborná rada

Ocitne-li se někdo v situaci, kdy se cítí bezdomovectvím ohrožený, může snadno vyhledat odbornou radu v některém z nízkoprahových center či Informačních center pro mládež (str. 189). Ta se zaměřují na mladé lidi do 30 let, dospělí naleznou obšírnější pomoc v občanských poradnách (str. 218) a dalších poradnách v rámci odborného sociálního poradenství. Krizové linky (str. 163) se zaměřují na všechny osoby v nepříznivé situaci, jakými bezdomovci bezesporu jsou. Všechna tato zařízení nabízejí radu, pomoc i podrobný návod, jak se z nevlídného stavu dostat. Konkrétní a dlouhodobá pomoc pak přichází skrze služby pobytových zařízení pro lidi bez domova – azylových domů a domů na půl cesty. Okamžité zajištění základních životních potřeb (přínejmenším možnosti najíst se, umýt se a odpočnout si) poskytují noclehárny a centra denních služeb.

Kompletní adresář azylových domů, domů na půl cesty, nocleháren a center denních služeb nalezneme v Registru poskytovatelů sociálních služeb <http://iregistr.mpsv.cz>.

Kompletní adresář nízkoprahových center – <http://www.streetwork.cz>

Adresář azylových domů – <http://www.azylovedomy.cz>

Informační portál služeb pro osoby ohrožené sociálním vyloučením <http://www.sluzbyprevence.mpsv.cz>, spravovaný Ministerstvem práce a sociálních věcí, obsahuje databázi všech zařízení, která nabízejí v této oblasti pomoc.

Databázi organizací, které se zabývají otázkou bezdomovectví, najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Sociálně-patologické jevy -> Bezdomovectví.

DOMÁCÍ NÁSILÍ, TÝRÁNÍ, ZNEUŽÍVÁNÍ DĚTÍ, ŠIKANA

Ublížovat lze nejen fyzicky, ale i psychicky. Obě tyto formy jsou považovány za násilí, které se, překročí-li určitou mez, stává trestným činem. Násilím rozumíme i odepírání přístupu k přátelům, rodině či penězům. Svéráznou oblastí je násilí sexuální, mezi jehož oběťmi najdeme jak dospělé, tak děti. Ať už se jedná o sotva znatelné náznaky nebo hrubé fyzické či psychické útoky agresora, jakákoliv forma takového násilí má na oběť vždy ničivý dopad. Čím dříve je takové chování podchyceno, tím menší budou následky. Potíž je v tom, že připustit si, že nám někdo ubližuje, bývá velice obtížné; obzvlášť v případě, kdy se jedná o blízkého příbuzného či kamaráda. Ovšem jakmile se k tomu člověk odhodlá, zjistí, že ho jeho okolí dokáže podpořit a pomoci mu – jak rodina a známí, tak specializované instituce, kterých je v této oblasti mnoho.

Domácí násilí

Násilí odehrávající se v domácnosti, kdy je obětí dospělý člověk, je nazýváno domácím násilím. Naprostou většinu trpících představují ženy a násilníky jsou jejich partneři, současní či bývalí. Nezřídka bývají svědky tohoto násilí také děti, na které má podobná zkušenost drtivý dopad – stávají se psychicky labilními, objevují se u nich vývojové vady, poruchy řeči, plačtivost. Děti však mohou být i samotnými oběťmi, stejně jako staří či handicapovaní členové rodiny. Násilník jedná často pod vlivem alkoholu nebo drog, což ovšem neznamená, že by za své chování nenesl plnou zodpovědnost – jeho agrese bývá naplánovaná a cílená –

alkohol či droga mu jen dodávají odvalu. Domácí násilí mívá o to horší následky, že k jeho odhalení dochází po dlouhé době, často až po mnoha letech. Proto je velice důležité překonat strach a vyhledat odbornou pomoc; v naléhavých případech pak volat přímo na policii.

Databázi organizací, které se zabývají otázkou domácího násilí, najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Sociálně-patologické jevy -> Domácí násilí.

Násilí se však neobjevuje jen v manželství – může zasahovat všechny fáze vztahu. Nedávný výzkum mezi mladými ve věku od 17 do 22 let ukázal, že „více než každá desátá dívka již měla zkušenost s tím, že ji partner ponižoval, více než každou desátou dívku její partner uhodil. Více než každý desátý partner/ka ve vztahu vyžadovali, aby ten druhý trávil čas jen s ním. Což jsou již počínající signály násilí ve vztahu.“

Zdroj: Sociologická sonda o.s. ROSA, ke stažení na <http://www.rosa-os.cz>

Týrání a zneužívání dětí

Je-li násilí namířeno proti dětem, mluvíme o týrání a zneužívání dětí. Děti jsou vůči dospělému bezbranné, tím spíše, že nejčastějšími dětskými oběťmi domácího násilí jsou kojenci a batolata – celkově je více než polovina těchto dětí mladší šesti let. Pachatelé jsou nejčastěji otcové, avšak matky, které mají strach zasáhnout a násilí na dětech trpí, nesou také svůj podíl viny. Je-li člověk v takto útlém věku soužen fyzickým, psychickým či sexuálním násilím, ponese si následky, které jsou v tomto případě obzvlášť bolestné, po celý život. Učinit přítrž takovéto agrese bývá často na příbuzných, učitelkách v mateřských školách či sousedech. Ti všichni si totiž mohou známek násilí na dítěti snadno povšimnout – dítě bývá plačtivé, uzavřené, starší děti mívají problémy s komunikací a fungováním v kolektivu, často se ostatních dětí straní. Výmluvnými důkazy fyzického násilí jsou samozřejmě modřiny a pohmožděniny, psychické týrání a často také sexuální zneužívání lze spíše vypořizovat z chování dítěte. Všimneme-li si čehokoliv podezřelého, je na místě najít odvahu a upozornit příslušné odborníky. Velkým problémem v otázce týraných dětí je fakt, že stejně jako u domácího násilí i zde platí, že k jeho odhalení dochází až po dlouhé době – dítě je totiž z mnoha různých důvodů přesvědčeno, že za vzniklou situaci nese vinu. Tak tomu ovšem není – protože vinu nese vždy dospělý (pachatel), nikdy oběť.

Na závěr je třeba podotknout, že některé děti bohužel trpí i přesto, že na nich žádný trestný čin páchan není; a to proto, že jsou svými rodiči zanedbávány.

Víte, že...

Linka bezpečí **116 111**, telefonická pomoc dětem a mladistvým, pomůže průměrně 350 volajícím denně?

Databázi organizací, které se zabývají otázkou týrání a zneužívání dětí, najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Sociálně-patologické jevy -> Týrání a zneužívání dětí.

Šikana

Objevuje se především ve školním prostředí mezi žáky. Stejně jako jakékoliv jiné záměrně páchané násilí má i šikana silný a trvalý vliv na duševní zdraví jedince. Nejčastěji se jedná o šikanu psychickou, k té fyzické pak ovšem bývá už jen krůček. Ojediněle se vyskytuje také šikana sexuálního charakteru.

Oběť šikany se bojí agresorovi jeho nadávky či rány oplácet a vše pasivně snáší. Probíhá-li ve třídě nějaká forma násilí, pozorný učitel by měl být schopen ji rozpoznat. Trpící žák tráví přestávky osamoceně, případně v blízkosti kantorů, jeho věci bývají rozházené, on sám neupravený a špinavý. Jeho prospěch se většinou nápadně zhorší, zrovna tak schopnost fungování v kolektivu. Především rodiče si pak mohou povšimnout, že jejich dítě je uzavřené, ustrašené, plačtivé a že má z docházení do školy strach.

V případě šikany bývají po ruce školní psycholog a výchovný poradce (str. 189). Pokud šikanovaný žák cítí, že jejich pomoc není dostačující, má možnost jejich prostřednictvím kontaktovat některou z pedagogicko-psychologických poraden (str. 188). Pro dítě může být také obtížné svěřit své problémy někomu v okruhu školy, někomu, kdo jej zná, byť by to bylo jen od pohledu. V tom případě si může zajít pro radu do některého z nízkoprahových zařízení.

Seznam nízkoprahových zařízení – <http://www.streetwork.cz>

K dispozici jsou samozřejmě také krizové linky, Linka bezpečí – <http://www.linkabezpeci.cz>, tel.: **116111**, Dětské krizové centrum – <http://www.dkc.cz>, tel.: +420 241 484 149.

Asociaci linek důvěry a všechny potřebné informace hledejte na webu <http://www.capld.cz>.

Kyberšikana

„Některé z forem kyberšikany je vystavena celá polovina českých dětí“

*Zdroj: Informační a vzdělávací portál školství Zlínského kraje,
<http://www.zkola.cz>*

Pojem kyberšikana (někdy se používají i cizí výrazy kyber-mobbing, e-mobbing apod.) představuje úmyslné urážky, vyhrožování, zesměšňování nebo obtěžování druhých prostřednictvím moderních komunikačních prostředků většinou v delším časovém období. Kyberšikana se odehrává na internetu (např. prostřednictvím e-mailů, chatovacích aplikací, jako je ICQ, v sociálních sítích, na videích umístěných na internetových portálech) nebo prostřednictvím mobilního telefonu (např. SMS zprávami nebo nepříjemnými telefonáty). Pachatel často jedná anonymně, takže oběť netuší, od koho útoky pocházejí.

Kyberšikaně jsou vystaveny především děti – v dnešní době mají většinou snadný přístup k mobilu i internetu, ne však k informacím o možných rizicích, která jsou s těmito komunikačními prostředky spojena.

Nejlepší je ta pomoc, která je nejbližší a může být nejrychlejší. Zkuste se obrátit na pedagogicko-psychologickou poradnu, středisko výchovné péče, nebo jakéhokoliv psychologa v místě bydliště. V případě, že máte pocit, že vám nikdo nepomáhá, oslovte školské odbory orgánů místní samosprávy nebo českou školní inspekci.

<http://www.saferinternet.cz> – zde naleznete informace na téma kyberšikana, ochrana osobních údajů aj. A v sekci „Ke stažení“ výsledky výzkumu chování dětí na internetu.

<http://www.bezpecne-online.cz> jsou stránky pro teenagery, rodiče a učitele s informacemi o bezpečném používání internetu, prevenci a řešení kyberšikany. Můžete zde najít i výukové materiály.

<http://prvok.upol.cz> jsou webové stránky Centra prevence rizikové virtuální komunikace UPOL, v sekci „Výzkum“ výsledky výzkumného šetření Kyberšikana u českých dětí.

Podle evropských statistik se s kyberšikanou setkala nebo ji přímo zažilo 15 % žáků, 85 % z nich o tom někoho informovalo, přičemž 24 % lidí, kterým to oznámili, reagovalo bez zájmu, nechtěli pomoci. 55 % žáků si myslí, že je kyberšikana hodně rozšířená, 22 % respondentů se domnívá, že by hledalo pomoc nebo by pomohlo kamarádovi, 78 % uvedlo, že by upadli do deprese.

Kyberšikana v České republice

S kyberšikanou se setkala nebo ji přímo zažilo 22 % žáků, 45 % z nich o tom někoho informovalo, přičemž 24 % lidí, kterým to oznámili, reagovalo bez zájmu, nechtěli pomoci. 70 % žáků si myslí, že je kyberšikana hodně rozšířená, 22 % respondentů se domnívá, že by hledalo pomoc nebo by pomohlo kamarádovi, 78 % uvedlo, že by upadli do deprese.

Výzkum E-Bezpečí:

72 % českých žáků nahrává jiné osoby prostřednictvím mobilních telefonů. Nejčastěji nahrávají kamarády, spolužáky, sourozence, dále rodiče či jiné členy rodiny. Učitele si nahrálo cca 8 % respondentů.

Zdroj: <http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/14/39/lang,czech>

Domácí násilí

Oběť domácího násilí trpí především na duši, a tak pro ni bývá mnohdy velmi těžké se ke své situaci doznat a otevřeně o ní hovořit. K překonání těchto prvních obtížných kroků mohou posloužit telefonní a internetové krizové linky (str. 163), které se velkou měrou zaměřují právě na oběti domácího násilí. Rozsáhlejší pomoc pak nabízejí občanské poradny (str. 218) a poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy (str. 195). Obětím domácího násilí a týraným dětem jsou připravena pomoci krizová centra (str. 195), která mimo jiné nabízejí možnost ubytování. Ve všech krajích ČR působí **intervenční centra** – pracoviště poskytující krizovou pomoc osobám ohroženým domácím násilím.

Bílý kruh bezpečí

Bílý kruh bezpečí je občanská společnost, která pomáhá obětem trestných činů – <http://www.bkb.cz>.

Tato občanská společnost spravuje webové stránky, na kterých můžete nalézt adresář intervenčních center či praktické rady a online poradnu pro ohrožené násilím – <http://www.domacinasili.cz>.

Bílý kruh bezpečí provozuje mimo jiné bezplatnou nonstop telefonickou krizovou linku DONA. Na jejich internetových stránkách jsou k dohledání potřebné kontakty a také postupy, které zabrání tomu, aby se historie navštívených stránek ukládala do počítače. Návštěva webových serverů pro oběti domácího násilí tak může, je-li třeba, probíhat v naprostém utajení – <http://www.donalinka.cz>.

Mějme na paměti, že upozornit na násilí jakéhokoliv druhu by měl každý, kdo se stane jeho svědkem, ne jen oběť samotná! Pokud máme jistotu, že je páchán trestný čin, máme ze zákona **povinnost** obrátit se na orgány činné v trestním řízení, tzn. na policii, soud či státního zástupce. Máme-li jen podezření, je nutné tuto skutečnost alespoň nahlásit například obecnímu či městskému úřadu nebo přímo Orgánu sociálně-právní ochrany dětí – <http://www.ospod.info>.

ZÁŠKOLÁCTVÍ

Záškoláctví je obecně vnímáno jako známka toho, že dotyčný žák je líný, nezodpovědný a že nemá úctu ke vzdělání. Takový pohled je však značně zjednodušený. Samozřejmě – mnohdy je důvodem nepravdivé docházky pouhá neochota podřízovat se pravidlům a touha po svobodě. Ve většině případů má však záškoláctví hlubší a opodstatněné důvody. Může to být například špatný prospěch žáka, který pak ztrácí motivaci a má z vyučování strach. Dalším důvodem může být ponižování či šikana ze strany spolužáků. Spouštěčem záškoláctví mohou být i rodinné problémy – nenalézá-li dítě doma potřebný klid, nemusí se mu dostávat sil k tomu, aby ustálo nároky vyučování, které pak provází vzrůstající stres. Pokud se žák začne škole vyhýbat jednoduše proto, že ho nebaví, nebylo by od věci zamyslet se nad tím, zda není stávající způsob vyučování pro děti příliš nezáživý a zda by nebylo vhodné jej nějak zajímavě vylepšit. V případě, že se záškoláctví týká středoškoláka, může být důvodem chybně zvolený studijní směr. To jen potvrzuje, jak je důležité, aby rodiče dali dítěti ve výběru školy volnost; aby byli schopni slevit ze svých vlastních představ. Nejvýznamnější kroky při hledání účinných postupů v oblasti záškoláctví přináší spolupráce rodičů, učitele, výchovného poradce a pracovníků pedagogicko-psychologických poraden, samozřejmě s ohledem na samotného žáka.

10 mylných představ o záškoláctví:

- 1) Záškoláci jsou především děti líné, kterým vyhovuje zahálčivý způsob života.

Skutečnost: **Záškoláci jsou naopak často fyzicky zruční a pracovití, jsou však citově nejistí a mají zkušenost se školní neúspěšností.**

2) Hlavním důvodem záškoláctví je nezájem žáků o vzdělávání.

Skutečnost: **Výzkumy ukazují, že nezájem o vyučování je až na druhém místě z uváděných důvodů. Téměř každý třetí záškolák však uvádí jako důvod strach z nesplnění školních povinností.**

3) Záškoláctví má především skupinový charakter a je spojeno s touláním se venku.

Skutečnost: **Pětkrát častěji tráví záškoláci čas doma než venku nebo ve městě. Přibližně asi jen šestina záškoláků tráví svůj čas s kamarády.**

4) Nám se to nemůže stát.

Skutečnost: **Záškoláctví se může objevit v každé rodině, i v té „dobré“!**

5) Záškoláctví se dramatizuje, bylo tu vždy.

Skutečnost: **Záškoláctví tu bylo, ale za poslední roky se zvýšila tolerance vůči neplnění nejen školních povinností dětí, snížila se kontrola záškoláctví a stoupl počet neomluvených a omluvených hodin.**

6) Záškoláctví je spojeno s nižším intelektem žáků.

Skutečnost: **Pravda je, že nejnižší záškoláctví je na osmiletých gymnáziích, to je ale skupina s výraznou motivací vzdělávat se. Pokud jde o počet záškoláků, je nízké záškoláctví i ve speciálních základních školách, kde nároky odpovídají nejen schopnostem dětí, pozitivní hodnocení žáků totiž není založeno jen na školní výkonnosti.**

7) Vina je především na záškolácích samých.

Skutečnost: **Záškoláci pocházejí častěji z neúplných rodin a z rodin nefunkčních. Na tyto skutečnosti nemají záškoláci vliv. Jde často o emocionálně a sociálně narušené děti bez přiměřeného rodinného zázemí.**

8) Záškoláctví se téměř vždy odhalí a je spojeno s „výchovnými“ opatřeními.

Skutečnost: **Záškoláci mají poměrně často opačnou zkušenost. Každý dvanáctý uvádí, že se na jeho záškoláctví vůbec nepřišlo, a téměř každý třetí tvrdí, že se následně po neomluvené absenci nic nestalo.**

9) Nejúčinnějším prostředkem při řešení záškoláctví je důsledná kontrola záškoláků a potrestání jejich záškoláctví.

Skutečnost: **Ani samotná kontrola nebo dokonce samotné vodění dítěte do školy, ani samotný trest nebývají účinným řešením, protože nejsou zaměřeny na příčiny záškoláctví.**

10) Škola dělá to, co může, řešit by to měli jiní (rodiče, děti, sociální pracovníci, policie).

Skutečnost: **Někteří odborníci tvrdí, že až třetina záškoláctví souvisí přímo s klimatem ve škole, se způsobem jednání pedagogů se žáky a s neprofesionálním fungováním pedagogů. Na školní klima nemají vliv a nezmění ho ani policie, ani sociální pracovníci.**

Rescue Team Slovakia, Zdroj: <http://www.zachranny-kruh.cz>

Ve školních řádech jsou vždy uvedena pravidla postupu v případě záškoláctví. Je však nasnadě, že prvním krokem v jeho řešení je zjištění příčiny. Důležitá je zde spolupráce výchovného poradce, který na dané škole působí, samotného žáka a jeho rodičů. Pokud výchovný poradce uzná za vhodné, může žáka doporučit do pedagogicko-psychologické poradny, která po vyšetření navrhne možná východiska.

DROGY A JINÉ ZÁVISLOSTI

Užití určitých specifických látek může člověku přinést pocit úlevy a radosti. Může mu také ulevit od bolesti, a to jak tělesné, tak duševní. Stejného účinku lze dosáhnout i dalšími způsoby. Pak už chybí jen malý krůček k rozvinutí závislosti.

Každá závislost – na psychoaktivních látkách, na hracích automatech či například na vysedávání u počítače – má svá specifika. Základním projevem každé závislosti však je nutkání se k předmětu zájmu vracet. Fakt, že užívání dané látky či provozování některé ze zmíněných činností přináší pocity blaha, vyvolává psychickou (duševní) závislost. Překonání takto vytvořené psychické závislosti vyžaduje pevné odhodlání a silnou vůli. Některé psychoaktivní látky, tj. (nepřesně řečeno) drogy, mohou do závislosti uvést i tělesné funkce uživatele. Potom mluvíme o závislosti fyzické (tělesné).

Upadne-li člověk do závislosti, začne se jeho život postupně soustředit na uspokojování dané touhy. Dřívější zájmy ustupují do pozadí, nezřídka vážnou vztahy s rodinou a přáteli, postupně je čím dál obtížnější dostát pracovním či školním povinnostem. Ačkoliv si postižený jedinec svou závislost uvědomuje, nedokáže si často přiznat, jakou měrou zasahuje do jeho života. Ovšem kdo to dokáže a navíc najde sílu na to, pustit se se svou závislostí do boje, zjistí, že pomocnou ruku lze najít v celé řadě organizací a zařízení. Ty nabízejí širokou škálu služeb – od odborné rady po dlouhodobé léčebné programy.

Databázi organizací, které se zabývají drogovou problematikou, najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Sociálně-patologické jevy -> Drogy a jiné závislosti.

Drogy

Drogy jsou chemické látky působící na centrální nervovou soustavu. Pozměňují funkce mozku a způsobují dočasné změny ve vnímání, vědomí a chování.

Drogy lze dělit dle více hledisek; pro nás bude nejužitečnější třídění podle převládajícího účinku a podle míry rizika vyvolání závislosti.

Dělení drog podle převládajícího účinku:

Tlumivé látky

Do této kategorie patří látky, které potlačují činnost centrální nervové soustavy. Ve vyšších dávkách navozují spánek až bezvědomí. Kromě psychické závislosti vyvolávají často i závislost fyzickou.

Hlavními skupinami tlumičů jsou opioidy (heroin, morfium, látky užívané v medicíně pro zklidnění, tj. sedativa a hypnotika), psychofarmaka (barbituráty, benzodiazepiny, látky užívané v psychiatrii) a rozpouštědla (toluen, alkohol).

Stimulační látky

Zatímco výše zmíněné látky působí na lidský organismus tlumivě, stimulancia činnost centrální nervové soustavy naopak povzbuzují. Zostřují vnímání, prohlubují bdělost, zvyšují tělesnou i duševní aktivitu. Člověk, jenž některý ze stimulantů užil, má pocit, že vládne nezměrnou energií. Tělo pravidelného uživatele tak pracuje trvale na plné obrátky, což má za následek nápadný úbytek na váze. Po vysazení stimulantu cítí takový jedinec naprosté vyčerpání; nastává prudký pokles aktivity doprovázený opětovným nárůstem tělesné hmotnosti.

Po požití vysoké dávky či v důsledku dlouhodobého užívání dochází ke ztrátě kontaktu s realitou – takový člověk je pak nebezpečný sobě i svému okolí. Závislost na stimulantech je pouze psychická.

Mezi stimulační látky patří kokainové drogy (koka, kokain, crack), amfetaminy (benzedrin, dexedrin), pervitin (přesněji metamfetamin, derivát amfetaminu) a halucinogenní aminy (MDMA čili extáze, halucinogenní aminy stojí na pomezí stimulantů a halucinogenních drog).

„Ze zvědavosti jsem si tu a tam dal kokain. Taky proto, že ho brali kamarádi. Nějakou dobu jsem se cítil skvěle, všechno mi šlo od ruky. Ale pak jsem přestal stíhat v práci, a tak jsem zkusil ještě pervitin. Představoval jsem si, že se mi vrátí ta energie, kterou mi ze začátku dával kokain. Potom už jsem šel rychle dolů – z práce mě vyhodili a já začal krást peníze rodině i známým. Až v téhle době jsem si opravdu připustil, že to nezvládám – že ta droga není zábava, ale závislost. Trvalo to další čtyři roky, než se mi podařilo s tím hnout. Dnes vím, že dokážu být zase bez drog. Ale budu se muset ještě hodně snažit. Rodina už mi zase může věřit, zase se s nimi stýkám. Hodně mi pomáhají.“

Petr V., klient pražské psychiatrické kliniky

Halucinogenní látky

Halucinogenní látky, zkráceně označované jako halucinogeny, dokážou způsobit obrovské změny ve vnímání reality, myšlení a v prožívání emocí. Nižší dávky zostřují vnímání, oživují barvy i zvuky. Silnější dávky tyto stavy prohlubují, a to mnohdy až k nesnesení. Vysoké dávky pak mohou daného jedince zcela odtrhnout od reality a přivodit naprostý rozpad jeho osobnosti, popř. způsobit smrt. Zmíněné změny mohou být bohužel až trvalého charakteru.

Během požití halucinogenní látky však vždy zaleží na různých okolnostech, na psychickém stavu člověka a, zjednodušeně řečeno, na štěstí. Intoxikace halucinogeny sice může být obohacující, avšak vždy hrozí nebezpečí, že její průběh bude velmi nepříjemný až osudový. Riziko užívání psychedelik tkví právě v této nejistotě. Nikdy předem nevíte, jak bude takový „trip“ probíhat. Závislost na halucinogenech vzniká spíše zřídka, pak je však vždy psychická.

Mezi přírodní halucinogeny patří například cannabionidy (marihuana, hašiš), psilocybin obsažený v lysohlávkách, meskalin objevený jihoamerickými indiány v tamním kaktusu, prudce jedovatý durman nebo muchomůrka červená. Z poloumělých a umělých halucinogenů jmenujme LSD či PCP – „andělský prach“.

Dělení drog podle míry rizika vzniku závislosti:

- „měkké drogy“ – nižší riziko: kokový čaj, marihuana, hašiš
- „tvrdé drogy“ – střední riziko: alkohol, efedrin, kodein, extáze
- vysoké riziko: pervitin, kokain
- velmi vysoké riziko: crack, durman, morfin, heroin, toluen

Za zmínku stojí ještě dělení drog podle toho, zda je jejich držení a distribuce legální, či nikoliv. Tato otázka je však plná rozporů, protože například vysoce návykový a zdraví škodlivý tabák je drogou zcela legální. Zrovna tak prodej různých léků a ředidel je těžké zákonem zakázat, o alkoholu nemluvě. Obecně však platí, že distribuce jakýchkoliv drog je trestná. Držení drog je povoleno pouze v případě látek přírodních, a to jen ve velmi malém množství.

Alkohol

Z výše uvedených faktů vyplývá, že alkohol svým stupněm nebezpečnosti patří mezi tvrdé drogy. Riziko podtrhává skutečnost, že na něj, na rozdíl od většiny ostatních drog, není pohlíženo nijak výrazně negativně. Zákon o ochraně před alkoholismem a jinými toxikomaniemi nařizuje rodičům takovou výchovu, která dětem dostatečně ozřejmí nebezpečí spojená s užíváním všech návykových látek včetně alkoholu.

Zákon č. 379/2005 Sb., o opatřeních k ochraně před škodami působenými tabákovými výrobky, alkoholem a jinými návykovými látkami a o změně souvisejících zákonů, mimo jiné zakazuje výrobcům a prodejcům alkoholu jeho prodej osobám do 18 let věku. Zakázáno je mladším 18 let alkohol nabízet nebo je ke konzumaci alkoholu nabádat a podporovat – zejména tento bod zákona je často opomíjen a nebudeme daleko od pravdy, když si řekneme, že o něm většina lidí ani neví. A to i přesto, že podávání alkoholu lidem pod 18 let může být pokládáno za přeštepku či přímo trestný čin. I nadále je alkohol v naší společnosti nejen tolerován; častokrát je s našimi životy dokonce úzce spojen. Je snadno dostupný, a to často právě i dětem a mladistvým, neboť zákonem stanovené restriktce nejsou vždy brány v potaz.

Víte, že...

... podle odhadů Světové zdravotnické organizace zabije alkohol ročně 2,5 milionu lidí? Mívá na svědomí různé choroby jater a srdce, dopravní nehody, sebevraždy i rakovinná onemocnění. Celkem se alkohol skrývá za téměř 4 procenty veškerých úmrtí.

Alkohol patří mezi látky tlumivého charakteru a jeho účinek se dostavuje velmi rychle. Již malé množství zpomaluje rychlost reakcí a ztěžuje koordinaci pohybů. Ve vyšších dávkách zvyšuje práh bolesti a k tomu tlumí činnost mozkových center pro dýchání a krevní oběh, což může v extrémních případech vést až k úmrtí. Obzvláště nebezpečná je proto kombinace alkoholu s dalšími tlumivými látkami.

Bezpečná denní dávka pro zdravého dospělého člověka se pohybuje kolem 20 gramů čistého lihu. To odpovídá půl litru piva, sklenice vína nebo 50 ml lihoviny. Vyšší dávky nabourávají organismus a při dlouhodobém užívání mohou způsobit závislost srovnatelnou se závislostí na heroinu.

Otázkami prevence a léčby závislosti na alkoholu se zabývají např. stránky <http://www.alkohol-alkoholismus.cz>.

Tabák

Tabák je stejně jako alkohol drogou legální. Zároveň je tou nejrozšířenější drogou s nejdrtivějšími dopady na lidské zdraví. Prodej a užívání tabákových výrobků upravuje zákon o *ochraně před alkoholismem a jinými toxikomaniemi*. Prodej tabákových výrobků dětem a mladistvým do 18 let věku je v ČR bez výjimky zakázán.

Závislost na tabáku je z lékařského hlediska chápána jako nemoc, jejíž léčbou se zabývají specialisté. Kouření má v České republice na svědomí přibližně každé šesté úmrtí, kuřáci se okrádají v průměru o patnáct let života. Tabákový kouř obsahuje 4–5 tisíc dílčích složek, žádná z nich není zdraví prospěšná, desítky z nich jsou rakovinotvorné a fyzickou závislost způsobuje nejspíše jediná z nich – nikotin. Kouření však představuje především hrozbu závislosti psychické, která vzniká velmi rychle a překonat ji je značně obtížné. Stejně jako u alkoholu a drog obecně, platí i u kouření, že v čím útlejším věku člověk se svým zlovykem začne, tím zaprputilejší a rizikovější závislost si tvoří.

Společnost pro léčbu závislosti na tabáku

Tato společnost provozuje odbornou linku pro odvykání kouření (tel. 844 600 500). Na jejich stránkách najdeme kromě důležitých informací a různých zajímavostí také pozvánky na přednášky a semináře týkající se problematiky závislosti na tabáku. Je tu také umístěn adresář klinik a nemocnic, které se na léčbu této závislosti specializují. Většina pojišťoven na odvykací kúry a léky k nim potřebné přispívá, a to částkou řádově stovek až tisíců korun.

<http://www.slzt.cz>

Především dětem je určen server nekuřátka, který odborně, srozumitelně a hravě informuje o všech rizicích spojených s kouřením. Ukazuje možnosti, jak zábavně využít svůj volný čas, a nabízí dětem hojně využívanou internetovou poradnu.

<http://nekuratka.cz>

Vedle stránky nekuřátka spravuje Česká koalice proti tabáku také server Bezci-garet.cz. Na této stránce naleznou rodiče a pedagogové doporučení týkající se kouření dětí a mladistvých. Školám se zde nabízí možnost objednání preventivního semináře pořádaného Českou koalicí proti tabáku. Pro všechny je tu otevřená internetová poradna – <http://www.bezcigaret.cz>.

Gambling a další závislosti

Stejné pocity blaha, jaké dokáže zpočátku zprostředkovat droga, mohou někteří lidé pociťovat během určité činnosti. I zde, tak jako u konzumentů drog, se může snadno vyvinout patologická závislost.

Gambling

Dnes je v tomto směru největším problémem patologické hráčství, zvané gambling; tzn. hraní na hracích automatech. Gambling se týká především mužské části populace, a to nejen té dospělé.

Z výsledků Evropské školní studie o alkoholu a jiných drogách vyplývá, že denně hraje na automatech přibližně jeden chlapec ze sta.

<http://www.espad.org>

Jedinec, pro kterého přestalo být hraní na automatech nevinnou zábavou, si svou závislost většinou jasně uvědomuje. Zároveň však cítí tak silné nutkání si znovu a znovu zahrát, že mu nedokáže odolat. Čím více peněz je během hry v sázce, tím příjemnější vzrušení a intenzivnější pocit uspokojení hráč pociťuje.

Trvá-li gamblerova vášeň delší dobu, začne se do jeho života promítat v podobě finančních potíží a hráč je postupně vystavován stále silnějšímu stresu – je neklidný, podrážděný, chybí mu síla a čas na dřívější záliby. Protože se snaží svou závislost skrývat, je nezdůvodnitelně nucen vymýšlet si a lhát; a to i nejbližším přátelům a rodině. Gambler, který postrádá potřebné peníze do hry, se často uchýlí ke krádeži, a pokud by neměl delší dobu možnost si zahrát, propadne značné nervozitě a svůj život vnímá jako nenaplněný. Takto postižený člověk ztrácí během hraní pojem o čase i o vnějším světě. Jeho vztahy s okolím se postupně zhoršují, pracovní nasazení či školní výsledky upadají.

Všechny jmenované příznaky lze s rozdílnou mírou intenzity vysledovat u všech návykových poruch, jakými jsou kromě gamblerství například patologické hraní počítačových her, surfování na internetu, ale i neovladatelná potřeba opalování spojená s návštěvou solárií.

Důležité rady a tipy

S jakýmkoliv problémem ohledně závislosti se obraťte na některou z krizových linek (str. 163). Daleko výraznější pomoc, a to především v otázce drog (včetně alkoholu a tabáku), však poskytne osobní návštěva zařízení pomoci, prevence a poradenství. Během přímého setkání s odborně vzdělaným pracovníkem se člověku vybaví daleko víc otázek, na které nezná odpověď; rozhovor s erudovaným odborníkem bývá nejen poučný, ale i zajímavý.

Zmíněná zařízení disponují brožurami a ilustračními fotografiemi. Zaměstnanci znají z praxe řadu příběhů a doporučení, kterými dokážou danou problematiku přiblížit.

Aktuální seznam dělený podle krajů naleznete na webových stránkách Národního monitorovacího střediska pro drogy a drogové závislosti: <http://www.drogy-info.cz> -> v sekci *Mapa pomoci*.

Žáci a studenti se mohou s důvěrou obrátit na školního psychologa, výchovného poradce nebo pedagogicko-psychologickou poradnu (str. 188). Dospělým jsou otevřeny občanské poradny (str. 189 a str. 218) a poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy (str. 195). Pro toho, kdo nehledá informace, ale konkrétní pomoc z konkrétní závislosti, nad kterou se rozhodl zvítězit, je tím pravým místem některé z kontaktních center. Tato centra nabízejí pomoc nejenom uživatelům drog, ale i jejich příbuzným a známým. Nabízejí radu a nasměrování na další služby, s jejichž pomocí lze dopady drogové závislosti minimalizovat.

Internetových serverů věnujících se problematice závislostí není málo. Například <http://www.drogy.net>, <http://www.drogy-info.cz>, <http://www.odrogach.cz>, <http://www.alkoholik.cz> či <http://www.prevence-info.cz>. Na těchto stránkách nalezneme veškeré důležité a zajímavé informace včetně kontaktů na odborná pracoviště nabízející radu tápajícím a pomoc ohroženým závislostí – internetové poradny, krizové linky, nízkoprahová zařízení, kontaktní centra a AT poradny.

PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY

Záchvatové přejídání, mentální bulimie a mentální anorexie patří mezi závažná psychická onemocnění, souhrnně nazývaná poruchami příjmu potravy. Z 95 % jimi trpí ženy, což především v případě bulimie a anorexie souvisí s dnešním ideálem krásné ženy, která má být až nepřírozeně štíhlá. Při všech poruchách stravování hraje klíčovou roli pozměněný vztah k jídlu, za kterým se mnohdy skrývají další psychické problémy, nejčastěji vyvolané stresem.

Stres, úzkost, strach, ale také nesprávně fungující metabolismus či zděděné predispozice mohou vést k nutkavému přejídání se. Tato porucha postihuje dospívající i dospělé, kteří pak jí rychle a nekontrolovaně, a to ve chvílích, kdy buď vůbec nemají hlad, či ho již zahnali. Pohnutkou k přejídání může být pocit osamocení, smutku či například jen nudy. Postižený jedinec sahá nezřídka po jídlech sladkých, aby si spravil náladu. Pokud na něj takový záchvat přijde ve chvíli, kdy nemá možnost učinit své touze zadost, může prožívat stavy podobné abstinčním příznakům.

Mentální bulimie

Objeví-li se po takovémto přejedení výčitky, hluboký pocit viny a strach ze ztloustnutí, které člověka nutí se snědeného jídla stůj co stůj zbavit – vyzvracením či pomocí projímadel – mluvíme o mentální bulimii. Ta se vyznačuje právě opakující se konzumací obrovského množství jídla, kterého se nemocný následně snaží zbavit. Člověk trpící mentální bulimií, přestože většinou mívá odpovídající tělesnou váhu, je přesvědčený o tom, že je příliš silný. To jej vede k praktikování různých diet a upravených stravovacích návyků, které však jen více prohloubí následný záchvat přejídání se. Mentální bulimie postihuje nejčastěji dívky kolem dvaceti let, může se však objevit i v pozdějším věku.



Mentální anorexie

Některým z nás se pod pojmem poruchy příjmu potravy možná vybavily obrázky na kost vyhublých dívek. Do takového stadia může dospět neléčená mentální anorexie. Zatímco si nemocný bulimií jídlo po nějakou dobu odpírá, ale poté si ho dopřeje nadměru, člověk trpící anorexií jí často jen tolik, aby se udržel naživu. A i když se u něj také mohou objevit stejné záchvaty přejídání jako u nemocných bulimií, jeho váha bývá neustále abnormálně nízká. Jak uvádějí M. Maloney a R. Kranz, autoři studie „O poruchách příjmu potravy“, mentální anorexií onemocní nejčastěji dívky ve věku od 12 do 18 let.

Databázi organizací, které se zabývají otázkami poruch příjmu potravy, najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Sociálně-patologické jevy -> Poruchy příjmu potravy.

Méně známé, ale ve svých nejkrajnějších projevech stejně nebezpečné jako již zmíněné nemoci, jsou tři poměrně nové poruchy stravování – ortorexie, bigorexie a drunkorexie.

Ortorexie je posedlost zdravým jídlem. U nemocného ortorexií stále sílí strach z jídla nezdravého. Za škodlivé však pokládá stále další a další pokrmy, a jeho jídelníček se tak zužuje na minimum. Stejně jako při mentální anorexií musí nemocný na jídlo neustále myslet a postupně propadá zoufalství a depresím. Původně prospěšný stravovací návyk se tak mění v panickou hrůzu z každého jídla, které by mohlo být jakkoliv nezdravé – třeba i proto, že přišlo do styku se znečištěným vzduchem.

Bigorektici jsou lidé posedlí vlastním vzhledem – připadají si slabí a neduživí a jejich ideálem jsou svalovci z obálek kulturistických časopisů. Aby se jim vyrovnali, jsou schopni cvičit své tělo daleko za hranici únosnosti. Nebývají závislí jen na posilování, ale i na potravinových doplncích, které slibují růst svalové hmoty. Vyčerpanost z neustálého cvičení zahánějí energetickými nápoji. Výsledkem je rozvrácený metabolismus, osamění a v mnoha případech i obezita způsobená nadměrnou konzumací energeticky bohatých jídel.

Je známo, že alkohol, především tvrdý alkohol, obsahuje mnoho kalorií. Aby si ho mohli mladí (především dívky) dopřávat a přitom měli domnělou jistotu, že nepřiberou, znatelně méně jedí. Tato porucha se nazývá **drunkorexie** a je velmi nebezpečná – na lačný žaludek působí alkohol mnohem silněji a rych-

leji a tělo ho hůře vstřebává. Dotyčný má navíc pocit, že může pít více – vždyť přece kvůli tomu vynechal jídlo. A navíc – v opilosti se vyhladovělí jedinci často nekontrolovatelně přejedí. Dopady na zdraví jsou potom značné.

Zdroj: Ideální.cz: Portál o poruchách příjmu potravy, <http://www.pppinfo.cz>

Pro všechny poruchy příjmu potravy je typické, že nemocní se je snaží před svým okolím utajit. Mnohdy své problémy nepřiznají ani sami sobě. Proto není ničím neobvyklým anorektika, která se sotva udrží na nohou, ale tvrdí, že je v naprostém pořádku a že jejím jediným problémem je nadváha.

Zdravotní následky těchto poruch mohou být až smrtelné.

U poruch příjmu potravy hraje klíčovou roli psychika. Při onemocnění v pokročilejším stadiu je kromě psychologa nezbytná i lékařská pomoc.

Všemi aspekty poruch příjmu potravy se zabývá nemálo sdružení, která kromě poradenství nabízejí i různé terapeutické programy. Jmenujme alespoň občanské sdružení Anabell působící v mnoha městech ČR i na Slovensku. Na jeho internetových stránkách je možné najít důležité kontakty na všechna pracoviště Anabell o. s., i na ostatní lékaře, kliniky a poradny věnující se poruchám příjmu potravy – <http://www.anabell.cz>.

Internetový portál o poruchách příjmu potravy <http://www.pppinfo.cz> obsahuje řadu cenných informací a kontaktů.

Odbornou internetovou poradnu a adresář nápomocných institucí nabízí projekt zaměřený proti předsudkům vůči psychiatrickým onemocněním, mezi která poruchy příjmu potravy patří. Tento projekt provozuje své stránky na adrese <http://www.stopstigmapsychiatrie.cz>.

Ve vážných případech onemocnění některou z výše zmíněných poruch je nezbytné kontaktovat přímo příslušná oddělení nemocnic.

Z pražských zařízení nabízí silnou pomocnou ruku Dětská psychiatrická klinika a Dětská psychiatrická ambulance při Fakultní nemocnici Motol, kontakt:

V Úvalu 84

150 06 Praha 5

Telefon: +420 224 433 400

<http://www.fnmotol.cz>

nebo Krizové centrum RIAPS, kontakt:

Chelčického 39

130 00 Praha 3 – Žižkov

Telefon: +420 222 586 768, +420 222 585 350 a ve večerních a nočních hodinách +420 222 582 151

E-mail: riaps@csspraha.cz

KRIMINALITA A DELIKVENCE

„Člověk má jednu typickou vlastnost: když se mu předloží nějaká pravidla, má tendenci je kousek posunout, nenápadně, aby to nikdo nepoznal, si prostor daný pravidly rozšířit. Na dětech to poznáme, neumí to tolik maskovat. My dospělí jsme však již zdatní a na to, že jsme si v uvozovkách upravili pravidla, se přijde později nebo také vůbec ne, podle toho, jak se nám to povedlo. Často máme pocit, že nás pravidla, normy svazují, omezují, srážejí. Není však nic horšího, než když žádná pravidla neexistují, když si je člověk musí vytvářet sám, potácí se přitom nezmapovanou pustinou podivné svobody a touží po stromu či zdi, o které by se opřel. Člověk žijící bez pravidel prožívá úzkost, cítí se sociálně nezařazen, či spíše vykořeněn, má pocit izolace a bezmoci, psychicky chátrá, sociálně se rozpadá. A především: obrací se proti lidem, škodí jim, napadá je.“

doc. PhDr. Jan Lašek, CSc.: Psychická deprivace dítěte jako kriminogenní faktor, zdroj: Informační a vzdělávací portál školství Zlínského kraje, <http://www.zkola.cz>

K tomu, abychom rozpoznali, co je a co není trestný čin, potřebuje jen málokdo z nás listovat trestním zákoníkem – většinou nám na to stačí zdravý rozum. Přesto existují určité vzorce chování, které mnozí jako protizákonné nevnímají. Patří sem například poškozování cizích práv nebo šíření pomluvy, které jsou právem chápány jako trestné činy či přestupky proti zákonu.

Databázi organizací, které se zabývají tématem kriminality a delikvence, najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Sociálně-patologické jevy -> Kriminalita a delikvence.

Kriminalita

Kriminalitou je míněno jednání, které je v rozporu s trestním zákonem. Spáchá-li trestný čin člověk do 18 let věku, přistupuje se k jím spáchanému činu podle specifických pravidel. Lidé ve věku od 15 do 18 let jsou sice podle zákona trestně odpovědní, avšak s jistými omezeními. Mladší 15 let trestně odpovědní nejsou, v některých případech jim však může soud nařídit ochrannou výchovu – to znamená pobyt v jednom z výchovných ústavů resortu ministerstva školství.

Delikvence

Jako delikvenci označujeme chování, které je v rozporu s právními normami (tj. s trestním zákonem) nebo „jen“ se společenskými normami. Delikventem se tak může stát i záškolák, lhář či sprejer. Tyto a jiné lehčí formy delikvence nejsou podle trestného zákona postihnutelné; záškoláctví však většinou řeší školní řád, sprejství zase obecní nebo městská vyhláška. Nejhorším dopadem delikvence ovšem bývá špatný vliv, který má takové chování na samotného delikventa. Řada závažných trestných činů vychází z dřívější drobné delikvence.

Obchodování s lidmi

„Zdá se, jako by se o podmínky pracovníků skoro ani nikdo nezajímal, dokonce ani oni sami. Protože oni si myslí, že když pojedou do zahraničí pracovat, podmínky tam budou lepší než doma už jen proto, že je to zahraničí.“

„... slíbili, že když budu na letišti, tak dostanu jednu smlouvu. Protože jsem podepisovala dvě smlouvy, jedna zůstane firmě, druhou dostanu... Nakonec jak jsme byli ve shonu, žádnou smlouvu jsme nedostali. Když jsme sem přijeli, nemáme pro sebe žádný důkaz...“

„Řekli mi, že pokud nebudu dělat v noci, tak skončím. Ale kdo to má vydržet, pracovat v noci 365 dní a ani korunu navíc. Řekli, že můžu jít, jestli se mi to nelíbí.“

„Pokud by byl někdo, kdo by mi pomohl, tak bych šel. Jinak se neodvážím... nikoho tu nemám, o koho bych se opřel.“

„Přeji si, abych vydělal na dluh, a pak jel domů.“

*citováno z Michal Krebs: Stop pracovnímu vykořisťování – pohled zblízka.
Analýza agenturního zaměstnávání Vietnamců a Vietnamek v ČR*

Závažným trestným činem, který své oběti hrubým porušováním lidských práv a svobod zasahuje velmi tvrdě, je „novodobé otroctví“ – tedy obchodování s lidmi (známé také jako obchodování s „bílým masem“). Tato celosvětově rozšířená praktika sází na neopatrnost, naivitu či zoufalost lidí, kteří se s vidinou příjemně vydělaných peněz nebo vykročení do nového, lepšího života nechávají snadno oklamat. Pachatel svým „klientům“ nabízí zajímavou práci, ze které se však po podepsání (ničím podezřelé) zaměstnanecké smlouvy stane práce buď daleko náročnější, případně i v hrozivých podmínkách, nebo, a to je nejčastější případ, činnost naprosto odlišná. Pro ilustraci poslouží osudy dívek, které si s předem neprověřenými osobami či firmami dohodnou práci v zahraničí a po příjezdu jsou nuceny k prostituci. Z dané situace bývá velmi obtížné uniknout – obětem jsou odebrány doklady, pokud dostávají nějakou finanční odměnu, tak naprosto minimální, je jim bráněno v kontaktu s rodinou a vyhrožováno v případě, že by se pokusily obrátit na policii. Podobný průběh má také obchod s lidmi z tzv. východních zemí, kteří jsou pod lákavými přísliby přivázeni na Západ, kde jsou nuceni těžce pracovat za mizivý plat s téměř nulovým odpočinkem. Vedle nucené prostituce a jiných forem sexuálního zneužívání, nucené práce či poskytování služeb blížících se otroctví se mohou oběti stát i nedobrovolnými dárci orgánů.

Víte, že...

... mezi nejčastější země, do kterých jsou mladé Češky pod příslibem dobrého zaměstnání vylákány a následně nuceny k prostituci, patří nám blízké a důvěru budící Rakousko a Německo? Oběťmi nucené práce se ženy stávají také v Itálii, Francii, Španělsku, Nizozemsku, Švýcarsku, Belgii a USA.

Obchod s lidmi je jednou z nejvýnosnějších forem „mezinárodního obchodu“, svým ziskem je srovnatelný s obchodováním se zbraněmi či s drogami. Největším úskalím jeho potírání je skrytost, ve které probíhá. Kromě agentur, které vystupují zdánlivě bezvadně, hrají při vyhledávání budoucích obětí značnou roli i jednotlivci. Ti své oběti kontaktují neformálně – na ulici, na večírcích a při jiných vhodných příležitostech – a jejich dopadení bývá obtížné, často až nemožné. Lidé polapení mašinérií organizovaného zločinu se bojí a často i stydí vyhledat pomoc. Ti, kteří se z obchodování dokážou vymanit a kontaktovat policii, však častokrát poskytnou dostačující informace k tomu, aby mohl být podchycen a zlikvidován místní klan obchodníků s lidmi. Takovému člověku je pak k dispozici dlouhodobý terapeutický program, finanční podpora, ubytování a v případě potřeby také možnost zařazení do programu ochrany svědka podle zákona č. 137/2001 Sb., o zvláštní ochraně svědka a dalších osob.

Důležité kontakty

Kriminalita i delikvence se nás mohou dotýkat dvěma rozličnými způsoby – záleží, jsme-li oběťmi či samotnými pachateli.

Dospělí pachatelé kriminality se v lepším případě ocitají ve vězení, kde se jim věnují odborní pracovníci. Důležité však je, aby lidí dopouštějících se trestných činů bylo co nejméně. Tomu do určité míry napomáhají nízkoprahová zařízení pro děti a mládež, která působí především preventivně. Kompletní adresář – <http://www.streetwork.cz>.

A některá občanská sdružení, např. pražské občanské sdružení **Proxima sociale**, se zaměřují přímo na mladistvé pachatele kriminality – <http://www.proximasociale.cz>.

Školákům nabízí pomocnou ruku také výchovný poradce (str. 191) a pedagogicko-psychologické poradny (str. 188).

Zcela jinýma očima pohlíží na trestnou činnost její oběť. Stejně jako pachatel může i ona potřebovat značnou podporu, a to především psychickou a právní. Té se jí dostane v občanských poradnách (str. 189) a především pak v poradnách pro oběti trestných činů (str. 196).

Významným sdružením působícím v oblasti pomoci obětem trestných činů je **Bílý kruh bezpečí** – provozuje několik poraden po celé ČR a na tel. +420 257 317 110 nepřetržitě dostupnou krizovou linku pro oběti a svědky trestných činů – <http://www.bkb.cz>.

Databázi organizací, které se zabývají tématem obchodování s lidmi, najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Sociálně-patologické jevy -> Obchodování s lidmi.

PROSTITUCE

Česká republika je jednou z mála zemí, jejíž zákony prostituci nijak důsledně neřeší. Samotné poskytování sexuálních služeb za úplatu u nás trestné není. Zároveň je ale pokládáno za nelegální a ti, kteří se jím živí, tak neodvádějí státu daně a jejich jednání je celkově špatně postihnutečné. V září 2010 padly v Praze, hlavní

baště prostituce, zásadní návrhy novelizace zákona, které by toto „nejstarší řemeslo lidstva“ legalizovaly a tím umožnily jeho regulaci. Zákon by pak stanovoval jasná pravidla, za kterých by prostituce směla probíhat. Zcela ji zakázat by nemělo význam – prostituce u nás vždy byla a česká veřejnost se proti ní nestaví tak zásadním způsobem, aby bylo možné ji vymýtit. Nějakou skulinku by si i přes zákaz našla a situace by se jen zhoršila, protože by nebylo možné ji ze zákona upravovat a mít nad ní dohled.

Víte, že...

... pohledy různých zemí na problém prostituce jsou leckdy značně odlišné? Vždy odrážejí víru, kterou místní občané vyznávají. Tak je například v Irsku a Polsku, kde má silný vliv křesťanství, prostituce zcela zakázána, zatímco v Rakousku či Německu je brána jako běžné zaměstnání, k jehož výkonu je třeba živnostenský list a ze kterého se odvádějí daně.

Je samozřejmé, že prostituce může leckoho morálně pohoršovat. To však není zdaleka jediný důvod, který vyvolává diskuze. S prostitucí se totiž pojí řada rizik. Ženy, které se nabízejí na ulici (nikoliv ve „veřejných domech“), se často stávají oběťmi trestné činnosti. Téměř bez výjimky jsou v područí kuplířů a bývá pro ně velmi obtížné se z jejich moci vymanit. Pouliční prostitutky jsou nezřídka závislé na drogách, často jsou to právě kuplíři, kteří v nich závislost záměrně vypěstují. Tím je totiž k prostituci pevněji zaváží – ženám se každodenní výdělek stává nutností, bez které by si neopatřily svou dávku drogy. Nejohroženější skupinou prostitutek jsou mladistvé dívky, které nemají dostatek informací o možných rizicích nebo na ně zkrátka nedbají a jsou ochotné poskytovat nejlacinější a zároveň nejrizikovější služby. Především jejich hrozbou jsou pohlavní nemoci a násilí a mravně trestné chování kuplířů i zákazníků. Stávají se snadnou obětí obchodování s lidmi.

V posledních letech u nás prudce narůstá počet homosexuálních prostitutů. Těmi jsou nejčastěji chlapci mezi 17 a 20 lety pocházející z nefungujících rodin či celkově sociálně nepříznivého prostředí. V drtivé většině jsou závislí na drogách, alkoholu či na hracích automatech a běžně se dopouštějí krádeží na svých zákaznících. Homosexuální prostitutí jsou zdaleka nejohroženější skupinou z hlediska přenosu HIV.

Pechlivě tajeným, vysoce organizovaným a obtížně trestně postihnutelným odvětvím nabízení sexuálních služeb je dětská prostituce.

Většina prostitutek a prostitutů si své zaměstnání volí ze svobodné vůle. A mnozí jsou se svou prací spokojeni. I ti, kteří se s žádnými potížemi nepotýkají, by však měli věnovat vysokou pozornost svému zdraví a pravidelným lékařským prohlídkám.

Nezisková organizace **Rozkoš bez rizika** se zabývá prevencí přenosu HIV/AIDS, a to především v prostředí prostituce. Rozkoš bez rizika působí po celé ČR a všem ženám pohybujícím se v sexuálním byznysu (ale také ženám bez domova či narkomankám) nabízí bezplatné gynekologické vyšetření a případnou léčbu pohlavně přenosných chorob. Sociálně-právní a psychologické poradenství je zde samozřejmostí.

<http://www.rozkosbezrizika.cz>

Případy, kdy se osoba provozující prostituci stane obětí trestného činu, však nejsou žádnou výjimkou. V takové chvíli je záhodno obrátit se na odborníky v oblasti pomoci obětem trestných činů (viz předchozí kapitola) nebo přímo na policii.

Databázi organizací, které se zabývají tématem prostituce, najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Sociálněpatologické jevy -> Prostituce.

DISKRIMINACE, RASISMUS, PORUŠOVÁNÍ LIDSKÝCH PRÁV, EXTREMISMUS

V roce 2009 došla v naší republice anabáze antidiskriminační legislativy ke svému konci. Pod číslem 198/2009 Sb. byl ve Sbírce zákonů publikován antidiskriminační zákon – zákon o rovném zacházení a o právních prostředcích ochrany před diskriminací a o změně některých zákonů. Od 1. září 2009 nabyl účinnosti a Česko se jako jedno z posledních v Evropě zařadilo mezi ostatní státy Evropské unie, které, často již po několik desetiletí, antidiskriminační legislativu mají a s diskriminací úspěšně bojují.

*Michal Čermák: Diskriminace, zdroj:
Český helsinský výbor <http://www.helcom.cz>*

Diskriminace

Diskriminací lze označit jakékoliv odlišné zacházení s lidmi na základě jejich etnického původu, pohlaví, sexuální orientace či víry. Tomu, aby si někdo udělal o druhém člověku pokřivené mínění jen kvůli jeho případné odlišnosti, lze těžko zabránit. Ale ve chvíli, kdy se jeho smýšlení projeví navenek, byť jen slovně, může být podle dnešních zákonů pokládáno za diskriminaci, a tudíž za projev porušování lidských práv a svobod.

Uvědomme si, jak často se s diskriminací setkáváme – například při výběru pracovníků dostává běžně šanci mladší před starším či muž před ženou. Stejně tak platové ohodnocení muže je v naprosté většině vyšší než ženy se stejným pracovním zařazením. Řada projevů diskriminace je naší společností stále tolerována, a mnohdy se tak stává běžnou součástí našeho života. Diskriminovaní pak nemají dostatečnou vůli, aby dali o svém útlaku vědět a napomohli nápravě.

I v dnešní době se lidé s duševním onemocněním potýkají se silnou diskriminací. Většina ostatních lidí jejich potížím nerozumí, připadají jim podivné a záhadné, a tudíž, ať si to přiznávají, nebo ne, mají z duševně nemocných strach. Psychická porucha pak působí jako stigma, zlé znamení. Duševně nemocní jsou často považováni za nebezpečné, agresivní a nevypočitatelné, na neinformovaného člověka mohou snadno působit jako líní a nespolehliví lidé, vyhýbající se svým povinnostem. Důsledkem jsou potíže se získáváním zaměstnání, bydlení a především úcty a porozumění okolí. Nemocní se sta-

hují stále více do sebe a kolikrát se právě jen kvůli nepochopení od ostatních lidí bojí vyhledat potřebného lékaře. Tyto druhotné následky tak většinou škodí nemocným víc než samotná psychická porucha.

Zdroj: Stopstigma. Projekt zaměřený naproti předsudkům a diskriminaci z důvodu psychiatrického onemocnění,
<http://www.stopstigmapsychiatrie.cz>

Dosáhnou-li nevraživost, nedůvěra a strach z cizího či odlišného vysokého stupně, mluvíme o **xenofobii**. (Samotné slovo xenofobie vzniklo složením řeckého xenos – cizinec a fobie – chorobný a bezdůvodný strach.)

Rasismus

Je vyhraněným projevem xenofobie, kdy se kromě odporu k cizímu hlásí ke slovu také přesvědčení o nadřazenosti vlastní – většinou bílé, tj. europoidní čili kavkazské, rasy.

Antisemitismus

Jedná se o rasismus namířený proti Židům – znal ho již středověk. Ve vlnách různé intenzity se objevuje dodnes; nejednou přímo udával tok dějin. Dnes a v našich podmínkách se s ním nesetkáváme příliš často. Ovšem v muslimských oblastech je situace jiná.

S diskriminací se však nepotýkají pouze etnické menšiny. Přinejmenším s odtažitým postojem svého okolí se čas od času setkávají snad všichni lidé s neobvyklou **sexuální orientací**.

Porušování lidských práv

Problematika diskriminace úzce souvisí s porušováním lidských práv a svobod, které jsou zakotveny v zákoně. Otázku, kam až sahají práva člověka na svobodnou volbu a na informace, si klade nejen pacient. Mnohé nejasnosti z oblasti práva se mohou objevit při rozvodech, dědických řízeních nebo adopci dítěte. Dochází-li v těchto či jiných situacích opravdu k porušování zákona, jedná se o trestný čin, který je po právu napadnutelný (viz kapitola „Kriminalita a delikvence“).

Extremismus

Jde o termín, jímž bývají označovány jednání, ideologie či skupiny mimo hlavní (střední) proud společnosti, kterým je připisováno porušování či neuznávání základních etických, právních a jiných důležitých společenských standardů.

Politický extremismus

Krajně radikální politický postoj, který se zakládá na odmítání základních norem a hodnot ve společnosti. Usiluje o změnu politického systému a odstranění politických elit s cílem získat podíl na výkonu státní moci.

V rámci politického extremismu rozlišujeme mezi tradičními formami, jako je levicový a pravicový extremismus, a později vzniklými formami extremismu, např. extremismus náboženský a ekologický.

Pravicový extremismus

Tento druh extremismu vychází z rasismu a xenofobie. Je založen na přesvědčení, že v aktuální společnosti existuje nerovnost. Podle ideologie o rasové čistotě (vytvoření společnosti jedné vybrané rasy) chtějí zastánci pravicového extremismu vytvořit novou společnost. Zde zaujímají výrazný prostor nacionalisté, jejichž společným rysem je upřednostňování národního principu nad občanským. Odmítají rovné uplatňování lidských práv a v jejich programech se objevují otevřené nebo skryté prvky rasismu, xenofobie nebo antisemitismu. Vyznavači se zcela nepokrytě hlásí k dědictví německého nacismu a italského fašismu. Za svůj cíl považují silný stát s rasově čistou společností, silným vůdcem a pevným řádem, jehož narušení je třeba tvrdě trestat.

Levicový extremismus

Stejně jako pravicový typ extremismu i tento usiluje o vytvoření nové společnosti. Tato nová společnost má být založena na naprosté rovnosti a vztazích postavených na principu dobré vůle a obětavosti. Cílem levicového extremismu je potlačení individualismu, sociální politika a odstranění kapitalismu. Mezi hnutí představující levicový extremismus můžeme zařadit anarchisty (hnutí odmítající jakoukoliv formu nadřazenosti a nadvlády) a stoupence různých směrů socialistické a komunistické ideologie.

Občanské sdružení **Poradna pro občanství/Občanská a lidská práva** provozuje bezplatnou telefonní a internetovou linku. Její odborně vyškolení pracovníci poskytují individuální poradenství v oblasti rovného zacházení a diskriminace, práv cizinců, bydlení a zaměstnání. Kontakt a další informace o širokých aktivitách sdružení jsou k dohledání na adrese <http://www.poradna-prava.cz>.

Občanské sdružení **Romea** nabízí pomoc všem diskriminovaným (nejen rasově!) prostřednictvím bezplatné Antidiskriminační linky 800 307 307 a spravuje obsáhlý web proti diskriminaci <http://www.antidiskriminace.romea.cz>.

Romským občanům, kteří se stali oběťmi diskriminace či závažného trestného jednání, je určena poradenská telefonní linka **Ma den pes!** (Nedejte se!): +420 222 589 589.

<http://www.madenpes.cz>.

Před několika lety byla v České republice ustanovena funkce ombudsmana – veřejného ochránce práv. Ombudsman je volen Poslaneckou sněmovnou, jeho působení je nezávislé a nestranné a vede k ochraně osob před jednáním úřadů a dalších institucí vykonávajících státní správu, pokud je jejich jednání protiprávní, nesprávné či pokud jsou tyto instituce nečinné. Na ombudsmana se tedy můžeme obracet v případech, že se naše pochybnosti týkají působení určitého úřadu, byť jen jediného jeho zaměstnance. Kontakty nalezneme na adrese <http://www.ochrance.cz>.

Problematikou extremismu se zabývá Bezpečnostní informační služba – <http://www.bis.cz> – nebo občanské sdružení Imperativ – <http://www.imperativ.cz>.

SEKTY

Sektou je v jejím základním významu myšleno menšinové náboženské hnutí, které se odštěpilo od některého z hlavních náboženství, a to ve snaze jeho myšlenky či praktiky v různé míře upravovat až reformovat. Touto cestou vznikala většina světových náboženství – například křesťanství se vyvinulo na základě odklonu od židovství.

Pojem sekta je užíván také pro novodobá náboženská hnutí, u nás znatelně narůstající od roku 1989. Víra těchto společenství vyrůstá rovněž na některém z velkých náboženství. Důležitější roli než duchovní život však mnohdy hraje pevná organizace uvnitř sekty, na jejímž vrcholu sídlí autoritářský vůdce. V takovém momentě je zcela na místě záporný postoj (který často mylně zaujímáme vůči jakékoliv skupině s přídomkem „sekta“). Z neotřesitelné struktury se svrchovaným vedením vyplývají další, pro sektu v hanlivém slova smyslu stěžejní charakteristiky. Takovéto skupiny bývají uzavřené až nepřátelské vůči svému okolí, tj. všem, kteří do sekty nepatří. Zároveň se neúnavně snaží získávat nové a nové přívržence, a to často pomocí promyšlené psychologické manipulace.

Život člena má smysl jen potud, pokud je prospěšný celé sektě. Ta mu na oplátku slibuje duchovní růst a celkovou podporu – a obojí také přináší, k tomu navíc ucelený a smysluplný obraz světa. Příkazy, zákazy a celkový chod uvnitř sekty mohou jejich členy rychle a osudově odloučit od jejich rodin, kamarádů, od veškerého pro ně dříve běžného života. (Nežidka také hraničí s porušováním základních lidských práv a svobod.) Prohlédne-li sektář, že hodnoty, které mu společenství nabízí, jsou

Život a víra v sektě

„Věřící má být tedy podle učení Víry naprosto zdravý (má zemřít až sešlostí věkem), bohatý a všestranně úspěšný. Všechny problémy lze podle něho řešit vírou, která se projeví absolutním nasazením a zbavením se všeho, co by tuto víru omezovalo. Důsledkem tohoto učení je, že jeho vyznavači prokazují svou víru v uzdravení odmítáním lékařské péče, svou víru ve zbohatnutí odevzdáváním vysokých částek na náboženské účely apod. Atmosféra k takovým činům je často vytvářena na masových uzdravovacích shromážděních či na silně emotivních bohoslužbách.“

„... lidé nabývají ve vzrušující atmosféře očekávání, že síla víry je klíčem k jejich dalšímu životu. Očekávání je také zvyšováno značně nadsazovanými, nebo dokonce zcela nepravdivými zprávami o různých uzdraveních.

K nebezpečným důsledkům tohoto očekávání může vést zklamání zvláště u těch věřících, kteří si své neúspěchy vysvětlí svou neschopností dostatečně věřit. Kromě problémů pak nesou ještě těžké břemeno viny za to, že neobstáli před Bohem, protože jejich víra dostatečně nefungovala. Psychické potíže v důsledku tohoto učení proto nejsou nijak výjimečné.“

*Zdeněk Vojtíšek: Kenneth E. Hagin a hnutí Víry,
in Encyklopedie náboženských směrů a hnutí v České republice*

falešné a že se za nimi skrývá nemálo nekalých praktik ze strany vedení, bývá pro něj velmi obtížné se od sekty odloučit, často prochází duchovní krizí a ocitá se v odborných rukou psychologů a psychiatrů.

Víte, že...

... podobná organizace a atmosféra pospolitosti jako v sektách panuje také v extremistických hnutích (str. 185)? A tak i dopady na jejich členy bývají srovnatelné.

Problematika sekt je velmi specifická, a proto, má-li někdo dotaz nebo potíže týkající se této oblasti, měl by se obrátit na odborníky zabývající se přímo sektářskými hnutími. Takové nalezneme ve Společnosti pro studium sekt a nových náboženských směrů při Univerzitě Karlově. Místní pracovníci poskytují nezaujaté a aktuální informace, pořádají veřejné přednášky a semináře. Provozují bezplatnou poradnu, která je svým výhradním zaměřením na problematiku sektářských hnu-

tí jedinou v ČR. Kromě osobní návštěvy nabízejí telefonický rozhovor či kontakt pomocí e-mailu. Veškeré údaje jsou k dohledání na internetových stránkách <http://www.sekty.cz>. Díky přehledným a zajímavým informacím, které poskytuje, stojí za zmínku také studentský web <http://www.sekty.cz.webs.com>.

PORADENSTVÍ

Pedagogicko-psychologické poradny

Pedagogicko-psychologické poradny jsou určeny především pro děti a mladistvé, a to od tří let do ukončení středního, případně vyššího odborného vzdělávání. Jsou otevřeny jejich rodičům i pedagogům. Pracovníci pedagogicko-psychologických poraden – psychologové, speciální pedagogové a sociální pracovníci – se podílejí na volbě vhodných učebních metod a na předcházení rizikovému chování dětí a mládeže. Žákům pomáhají s výběrem školy i budoucího povolání a všem, kteří se ve škole potýkají s nějakými potížemi – s problémy ve výuce, kázeňskými přestupky, ponižováním či šikanou – poskytují oporu a pomoc. Poradí žákům, rodičům i učitelům, kteří se na ně obrátí s jakýmkoliv dotazem z oblasti školství, dětí a mládeže.

Pedagogicko-psychologické poradny poskytují své služby bezplatně (nepočítáme-li poradny soukromé) a dbají na ochranu osobních a citlivých údajů. Každý kraj, okres a v případě větších měst i všechny jeho jednotlivé části mají svou vlastní poradnu. Avšak každá poradna je otevřena všem, bez rozdílu bydliště. Návštěvu je třeba předem objednat (stačí telefonicky). Ačkoliv je to častokrát škola, která dává podnět k návštěvě poradny, není jejího doporučení třeba – stačí vůle samotného žáka či jeho rodičů.

Informace o službách nejen pedagogicko-psychologického, ale i speciálně pedagogického, výchovného a kariérového poradenství ve školství soustřeďuje Institut pedagogicko-psychologického poradenství ČR⁹, dostupný z internetových stránek <http://www.ippp.cz>.

⁹ Od 1. července 2011 došlo ke sloučení několika ostatních přímo řízených organizací Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Sloučením Národního ústavu odborného vzdělávání (NÚOV), Výzkumného ústavu pedagogického (VÚP) a Institutu pedagogicko-psychologického poradenství (IPPP) vznikl Národní ústav pro vzdělávání (NÚV).

Občanské poradny

Služeb občanských poraden využívají především dospělí lidé v obtížné životní situaci – nezaměstnaní, krajně chudí, členové národnostních menšin či osamělé matky. Občanské poradny jsou však určeny všem a oblast, ve které poradenství poskytují, je velmi široká. Zahrnuje sociální dávky, závislosti, sociální bydlení, zaopatřovací péči, pojištění, pracovněprávní vztahy a zaměstnanost, bydlení, rodinu a mezilidské vztahy, majetkoprávní vztahy a náhradu škody, finanční a rozpočtovou problematiku, zdravotnictví, školství a vzdělávání, ekologii a právo životního prostředí, ochranu spotřebitele, základy práva ČR, právní systém EU, občanské soudní řízení, veřejnou správu, trestní právo a ústavní právo.

Kromě přímé pomoci, kterou poskytují jednotlivým lidem, upozorňují občanské poradny na nedostatky legislativy a neřešené problémy občanů příslušné státní a místní instituce. Návštěva občanské poradny je bezplatná a v některých dnech je možné přijít bez objednání.

Asociace občanských poraden

Celorepublikovou síť občanských poraden sdružuje Asociace občanských poraden (AOP). Na jejích internetových stránkách nalezneme kontakty na všechny občanské poradny v ČR. Asociace občanských poraden rozvíjí řadu projektů týkajících se např. obětí trestných činů, předlužení, bydlení, dluhového poradenství nebo otázek životního prostředí. Do jednotlivých projektů je zapojeno mnoho občanských poraden a jejich pracovníci jsou tak v té které problematice hlouběji proškoleni. Některé občanské poradny zodpoví naše dotazy také přes internet. Bližší informace jsou k dohledání na stránkách AOP – <http://www.obcanskeporadny.cz>.

Informační centra pro mládež

Informační centra pro mládež (ICM) působí při nestátních neziskových organizacích pracujících s dětmi a mládeží nebo při domech dětí a mládeže. Jedním z hlavních úkolů pracovníků ICM je společně s mladými lidmi hledat odpovědi na otázky, které se v jejich věku logicky vynořují, a také pomoc s řešením jejich případných problémů. Informace jsou poskytovány anonymně a zdarma. Jedná se především o dotazy v oblasti vzdělávání, práce, cestování, trávení volného času, zdraví a zdravého životního stylu, sociálně patologických jevů, rolí jedince ve skupině a našich občanských práv a povinností. Informačních center pro mládež jsou u nás téměř čtyři desítky. Kromě toho, že má každé z těchto center dobrý přehled o dění ve svém regionu, poskytuje také rady ohledně možnosti studia, práce a cestování v blízkém i vzdáleném zahraničí. Pracovníky ICM je možné navštívit osobně, bez objednání, nebo se s nimi spojit telefonicky. Velké množství informací najdete na internetových stránkách, které spravuje Národní informační centrum pro mládež. Najdete zde také kontakty na všechna ICM v České republice.

Vedle bezplatných informačních služeb nabízejí ICM možnost využití internetu, telefonu, tiskárny, kopírky či skeneru a často jsou schopna zajistit i laminování a vázání dokumentů. Kromě těchto služeb dostupných kdykoliv během otvíracích hodin pořádají ICM přednášky a semináře na zajímavá témata, promítání filmů, menší výstavy apod. Mladým lidem nabízejí také prostory pro jejich vzájemná setkávání.

<http://www.icm.cz>

Databázi kontaktů na Informační centra pro mládež najdete na webu <http://www.icm.cz> -> v sekci ICM v ČR.

Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež

Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež (NZDM) jsou určena především těm dětem a mladým, kteří ve svém volném čase nenavštěvují žádné zájmové kroužky a podobně, ale spíše se toulají po ulici, sami či s kamarády. Nízkoprahové kluby jim nabízejí zajímavé možnosti, jak svůj volný čas využít smysluplněji, navíc poskytují odborné poradenství a sociální servis.

Proč nízkoprahová? Takzvaná nízkoprahovost znamená, že se zařízení snaží nabízet své služby tak, aby byla svým klientům co nejnázemněji přístupná – a tak je možné přijít a odejít kdykoliv během otvíracích hodin, návštěvu není potřeba předem ohlašovat, pobývání v klubu je zdarma, až na krajní případy nikdo nikomu nenařizuje, co zde má dělat a jak se tu má chovat.

V „nízkoprahu“ je možné poslechnout si oblíbenou muziku, podívat se na film, zahrát si stolní fotbal, stolní tenis, někdy i kulečnick. Vybavenější kluby půjčují například i vybavení na lyže či snowboard, nabízejí zkušebnu s hudebními nástroji pro začínající kapely nebo výtvarnou dílnu s hrnčířským kruhem.

„Zásadní význam klubů je však v jejich poradenské a preventivní činnosti – umožňují dětem a mládeži si popovídat nebo se svěřit se svými problémy, které mohou za pomoci pracovníků vyřešit. Vytvářejí pro děti chráněný prostor, v němž dospívající najde svoje místo, což je přesně to, co v mnohdy nebezpečných velkoměstech a na anonymních sídlištích chybí. Mládež je během pobytu v klubech zároveň chráněna a současně pod „dozorem“ zkušených a pro tento účel školených pracovníků. V každém klubu rovněž

platí přesná pravidla, která mimo jiné zakazují užívání alkoholických nápojů, drog, násilí či šikanu.“

Zdroj: Oborový portál o nízkoprahových sociálních službách a zařízeních
www.streetwork.cz

Nízkoprahových zařízení pro děti a mládež bychom v České republice našli kolem dvou stovek. Působí především v místech, kde jsou mladí silně ohrožováni společensky nepříznivými jevy – v okrajových částech velkých měst a kolem sídlišť. Některé „nízkoprahy“ jsou svou polohou otevřené především romským dětem. Kompletní adresář nízkoprahových zařízení spravuje Oborový portál o nízkoprahových sociálních službách a zařízeních www.streetwork.cz.

Výchovný poradce

Na každé základní a střední škole v ČR působí výchovný poradce, kterým se stává vždy jeden z místních pedagogů. To znamená, že výchovný poradce prostředí dotyčné školy dobře zná, se žáky se pravidelně setkává, a tak je schopen odhadnout, jaké problémy by se na škole mohly objevit, dokáže je včas rozpoznat a podchytit. Výchovní poradci mají potřebné odborné vzdělání, které jim pomáhá rozšiřovat bohatá nabídka kurzů a seminářů pořádaných především Asociací výchovných poradců, <http://www.asociacevp.cz>.

Kromě soustavného pozorování a hodnocení vývoje žáků poskytuje výchovný poradce odbornou pomoc a podává potřebné informace jak žákům samotným, tak jejich rodičům a učitelům. Školákům pomáhá v případech, kdy mají potíže se zvládnutím učiva, se vztahy s kamarády, když se cítí jakkoliv ohroženi či nejistí. Značná část jeho činnosti se týká práce s žáky se specifickými potřebami a poruchami učení či chování. Důraz je kladen na prevenci a řešení sociálně patologických jevů, především pak šikany a dalších forem agresivního chování, záškoláctví a drogové závislosti. Výchovný poradce žákům také pomáhá s výběrem střední či vysoké školy. Pedagogy a rodiče informuje o možných rizicích, se kterými by se žáci mohli setkat, a poskytuje jim radu a pomoc s řešením případných problémů z oblasti školství. Navíc má zásadní slovo při vytváření vhodných podmínek pro výuku. V případě potřeby doporučuje žáky do pedagogicko-psychologických poraden či jiných institucí.

Fakt, že výchovný pedagog té které školy je zároveň tamním učitelem, usnadňuje kontakt. Žáci, kantóři i rodiče ho obvykle znají a mohou se na něj kdykoliv obrátit. Své služby poskytuje zdarma, respektuje individualitu každého jedince a dbá o zachování jeho soukromí. Snahou výchovného pedagoga je všimnout si

a podchytit nejen nedostatky a problémy, ale i zářná místa výuky. Nemůže samozřejmě objevit všechny potíže, především jsou-li psychického rázu. Ti, kteří jeho pomoc vyhledávají sami, mu navíc přinesou řadu podnětů, které, vhodně rozvíjené, následně zpříjemní školní výuku všem.

Školní metodik prevence

Školní metodik prevence zajišťuje metodickou a koordinační činnost v problematice prevence rizikového chování, jako jsou např. šikana, užívání návykových a psychotropních látek, záškoláctví, agresivita, rizikové sexuální chování aj. Také zvyšuje všeobecnou informovanost mezi rodiči, učiteli a žáky tak, aby byla zajištěna maximální primární prevence těchto jevů. Úzce spolupracuje s třídními učiteli a jejich prostřednictvím buduje bezpečné a zdravé klima ve třídě. Zachycuje a vyhodnocuje varovné signály spojené s možností výskytu rizikového chování a poskytuje poradenskou činnost. Stejně jako výchovný poradce působí metodik na každé základní a střední škole. Školní metodik prevence velmi úzce spolupracuje se školskými a dalšími krizovými, poradenskými a preventivními zařízeními, se zařízeními realizujícími vzdělávání v prevenci a s institucemi zajišťujícími sociálně právní ochranu dětí a mládeže. Jeho práce se opírá o okresní metodiky prevence (ve většině případů se jedná o ředitele pedagogicko-psychologických poraden) či krajské školní koordinátory.

Úkolem školního metodika prevence je i příprava a realizace Minimálního preventivního programu – jedná se o konkrétní dokument školy zaměřený zejména na výchovu žáků ke zdravému životnímu stylu, na jejich osobnostní a sociální rozvoj. Je vypracován vždy pro příslušný školní rok, podléhá kontrole České školní inspekce a je součástí výchovně vzdělávacího programu školy. V tomto programu jsou zahrnuty aktivity zaměřené na prevenci, např. besedy, interaktivní techniky, nácviky dovedností, ale i vytváření podmínek pro smysluplné trávení volného času žáků.

Asociace školních metodiků prevence – <http://www.casmp.cz> – je zaměřena především na metodickou a vzdělávací činnost, poskytování poradenských služeb, osvětovou činnost v oblasti zdravého životního stylu a prevence sociálně patologických jevů a prosazování zájmů školních metodiků prevence.

AT poradny

Jak zkratka AT napovídá, tyto poradny se věnují problematice **alkoholových a toxikologických** závislostí. Často se jim také říká alko-toxo poradny. Většinou se však zabývají i jinými závislostmi – gamblerským či patologickým hraním počítačových her.

AT poradny nabízejí kompletní informace, poradenství a psychoterapii lidem, kteří experimentují s návykovými látkami, a těm, kteří jsou na nich přímo závislí. Otevřené jsou také rodině, partnerům či přátelům závislých a závislostí ohrožených osob.

Zajišťují skupinovou, rodinnou i individuální psychoterapii, často včetně doléčovacího programu směřujícího k celoživotní abstinenci od užívání návykových látek. Samozřejmostí je telefonická krizová intervence. Klient bývá do poradny přijat na základě vlastního rozhodnutí; doporučení lékaře či psychologa není vyžadováno.

AT poradnu najdeme v každém větším městě ČR, vodítkem nám může být adresář na informačním serveru Prevence a léčba závislostí na alkoholu <http://www.alkohol-alkoholismus.cz>. Standardní vyšetření a úkony jsou zdarma, lépe řečeno, jsou placeny ze zdravotního pojištění (je dobré si ověřit, zda je poradna smluvním partnerem naší pojišťovny). Návštěvu je třeba předem objednat.

Kontaktní centra pro uživatele drog

Drogová kontaktní centra, takzvaná **K-centra**, jsou určena (i příležitostným) uživatelům návykových látek, a to především tvrdých drog. V rámci doléčování se zaměřují i na abstinující bývalé uživatele. Pomáhají také rodinám uživatelů a radu poskytnou komukoliv z laické i odborné veřejnosti.

Posláním K-center je omezit sociální a zdravotní dopad rizikového užívání drog – nabízejí poradenství, psychoterapii, informace ze sociální, právní a zdravotní oblasti, hygienickou, potravinovou a zdravotnickou pomoc a při náročných životních situacích krizovou intervenci. Klienti si zde mohou nechat udělat testy na žloutenku nebo HIV, k dispozici jsou také těhotenské testy. V rámci snížení zdravotních rizik užívání drog provozují K-centra takzvané **harm reduction** programy – vyměňují svým klientům použité injekční stříkačky za nové a poskytují informace o bezpečnějším užívání drog i bezpečném sexu.

Klientům, kteří se rozhodnou svou závislost léčit, nabízejí motivační poradenství a zprostředkování vlastní léčby.

Činnost kontaktních center je široká, zmiňme ještě odborné konzultace a přednášky pro veřejnost, dobrovolníky, studenty či žáky základních a středních škol.

K-centra jsou zařízení nízkoprahová, to znamená, jsou dobře dostupná (můžeme přijít bez objednání, kdykoliv v otvíracích hodinách a vždy tu nalezneme pracovníka ochotného klienta vyslechnout a pomoci), jejich služby jsou bezplatné, až na zákonem dané výjimky je zde zachována anonymita klientů, na které není vyvíjen žádný nátlak, není s nimi nijak manipulováno, jsou respektována a podporována jejich práva a případná změna v jejich dosavadním životě (přesněji v užívání drog) vychází vždy z jejich vlastní iniciativy a dobrovolného rozhodnutí.

Kontaktních center pro uživatele drog je u nás několik desítek. Pro akutní případy bývají ta větší z nich otevřena i o víkendech a svátcích. Adresář K-center nalezneme například na Drogovém informačním serveru <http://www.drogy.net>.

Národní monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti je českým partnerem sítě REITOX zřízené a podporované národními vládami a Evropskou unií s cílem monitorovat situaci v oblasti psychotropních látek, připravovat podklady pro kvalifikovaná politická rozhodnutí v této oblasti na národní i evropské úrovni a vyhodnocovat jejich účinnost. Bylo zřízeno v r. 2002 jako součást Úřadu vlády ČR – sekretariátu Rady vlády pro koordinaci protidrogové politiky. <http://www.drogy-info.cz>

Krizové linky

Krizové linky (linky důvěry) nabízejí odbornou pomoc všem lidem, kteří se ocitli v nepříznivé situaci, s níž si nevědí rady. Pracovníci krizových linek – psychologové, pedagogové, sociální pracovníci a další vyškolení odborníci – jsou připraveni nás vyslechnout, pokusit se s námi nalézt možná řešení, nabídnout rady a náměty a poskytnout nám informace a kontakty v rámci psychosociální sítě. Pracovníci na své klienty nevyvíjejí žádný nátlak, nemanipulují s nimi, ani za ně nerozhodují. Služby krizových linek zaručují anonymitu a důvěrnost, dbají ochrany zdraví, života, lidských práv a zákonů České republiky.

Výhodou krizových linek je jejich snadná dostupnost prostřednictvím telefonu a stále častěji také pomocí internetu (například Linka důvěry Dětského krizového centra umožňuje kontakt přes aplikaci Skype, mimo to stále přibývá linek, které provozují vlastní internetovou poradnu). Ne všechny telefonní krizové linky jsou zdarma – většina se řídí běžným tarifem telefonního operátora. Některé linky pracují nepřetržitě 24 hodin denně, jiné mají (především z finančních důvodů) svůj provoz omezen. Na webových stránkách České asociace pracovníků linek důvěry <http://www.capld.cz> najdeme seznam všech krizových linek ČR.



Krizová centra

Lidem, kteří se ocitli v natolik obtížné situaci, že je ohroženo jejich psychické zdraví nebo dokonce život, jsou otevřena krizová centra. Ta poskytnou v první řadě ubytování a stravu – tím však nabízená pomoc zdaleka nekončí. Spolupráce místních psychologů, psychiatrů, zdravotních terapeutů a sociálních pracovníků pomáhá klientům překlenout nepříznivé období, které by nebyli schopni řešit vlastními silami. Odborníci pracují s jednotlivci i se skupinou, a to rozličnými metodami – od psychoterapie přes relaxační techniky po farmakoterapii a sociální poradenství.

Některá krizová centra se soustředí především na oběti domácího násilí, jiná na děti a mládež ohrožené společensky nežádoucími jevy. Obecně lze však říci, že jsou otevřena komukoliv v osobnostní, vývojové, vztahové, pracovní či sociální krizi – kromě výše zmíněných také obětem obchodu s lidmi, osobám ohroženým závislostí, lidem žijícím v sociálně vyloučených komunitách, příslušníkům etnických menšin, imigrantům, lidem trpícím chronickou duševní poruchou, lidem bez přístřeší, seniorům nebo rodinám s dětmi.

Specifické je pak Dětské krizové centrum zaměřené na pomoc zanedbávaným, týraným a zneužívaným dětem – <http://www.ditekrize.cz>.

Veškeré služby krizových center jsou hrazeny ze zdravotního pojištění.

Kompletní adresář krizové pomoci nalezneme v Registru poskytovatelů sociálních služeb – <http://iregistr.mpsv.cz> – na stránkách Ministerstva práce a sociálních věcí. Mnoho důležitých a zajímavých informací nabízí server <http://www.help24.cz> zaměřený na psychologii a duševní zdraví. Jeho nabídka zahrnuje mimo jiné i bezplatnou psychologickou poradnu.

Poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy

Poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy zajišťují výchovnou a poradenskou činnost. Poskytují odborné služby a pomoc při řešení partnerských a rodinných vztahů včetně případů domácího násilí, alkoholismu, mezigeneračních problémů, žárlivosti, nevěry, agresivity či rozdílných povahových rysů a zájmů členů domácnosti. Pracovníci poraden nabízejí diagnostiku vztahů, psychoterapii, sociálně právní poradenství (např. v otázkách rozvodu), praktické informace a kontakty na jiná odborná pracoviště.

Služby poraden pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy jsou bezplatné a diskrétní. Jsou určeny každému bez ohledu na věk nebo místo bydliště. Návštěvu je třeba předem domluvit.

Pracovníkům poraden – psychologům, sociálním pracovníkům a dalším odborníkům – jsou k dispozici mnohé kurzy, výcviky a supervize pořádané Asociací manželských a rodinných poradců ČR. Na jejich webových stránkách jsou k dohledání kontakty na všechny poradny působící v této oblasti. <http://www.amrp.cz>

Poradny pro oběti trestných činů

Poradny pro oběti trestných činů nabízejí bezplatnou a diskrétní pomoc všem obětem – ať už se jedná o přepadení, ublížení na zdraví, domácí násilí či porušování lidských práv a svobod. Kromě právní a psychologické podpory nabízejí místní psychologové, sociální pracovníci a právníci oporu morální a citovou a podporují práva svých klientů v postavení poškozených. Dále poskytují kontakty na navazující odbornou pomoc. Jejich služby jsou bezúplatné. Ve vyhrazených dnech bývá možná návštěva bez předchozího objednání.

Adresář poraden pro oběti trestných činů nalezneme v Registru poskytovatelů sociálních služeb – pod hlavičkou odborného sociálního poradenství – <http://iregistr.mpsv.cz>. Za zmínku stojí, že mnoho institucí odborného sociálního poradenství nabízí oporu také pachatelům trestné činnosti.

OBČAN A SPOLEČNOST

„Být příkladem není jednou z cest, jak ovlivnit ostatní, ale cestou jedinou.“

Albert Schweitzer (1875–1965)

Demokracie není samozřejmost. Je to značně riskantní podnik. Slovo „demokracie“ se překládá jako „vláda lidu“ – jenomže pod tím si málokdo představí, co to ve skutečnosti znamená. Erazim Kohák v **Průvodci po demokracii** ukazuje, co to ve skutečnosti znamená: *Demokracie je vláda všech oproti vládě jakkoliv vyvolených*. A právě v tom je ono riziko. Protože „vládnout“ neznamená „dělat si, co chci“, nýbrž nést tíhu rozhodování a také zodpovědnost za svoje rozhodnutí. A dobře rozhodovat – to předpokládá dobře porozumět tomu, o čem běží, mít ty správné informace a umět s nimi zacházet. Zkrátka demokracie, má-li fungovat, vyžaduje lidi, kteří dokážou vládnout v první řadě sami sobě, skutečně dospělé, zralé občany. Sami si můžete zodpovědět, zda kolem sebe vidíte právě takové lidi. A hlavně, jste-li sami takoví, nebo aspoň se k tomu začínáte blížit.

Takto chápanému člověku přísluší v první řadě lidská práva, o která jej nikdo nemá právo připravit. Lidskými právy proto začneme. Současně ale má odpovědnost za dění kolem sebe, za společnost, ve které žije. Lidská práva je totiž možné zajistit jen ve společnosti skutečně demokratické. A o tu je třeba pečovat. Tomu se budeme věnovat v části o možnostech účasti na veřejném rozhodování a projektování. Občanství v sobě nese kromě zodpovědnosti a ochoty starat se o veřejný prostor i zodpovědnost a schopnost postarat se o sebe. Proto se nakonec budeme věnovat těm hlavním občanským „gramotnostem“ – jednání s úřady, hospodaření s penězi a schopnosti si zajistit bydlení.

LIDSKÁ PRÁVA

Jak už jsme řekli, každý člověk je nositelem určitých práv už jen tím, že je lidskou bytostí. Ta mu mají zaručit možnost žít plnohodnotně a morálně svůj život. Nejedná se o privilegia, která by byla přiručena jen vybraným jedincům, ale o práva, která platí pro všechny bez rozdílu. Lze je samozřejmě lidem upírat a vytvořit poměry, v nichž je o ně třeba i velká většina členů společnosti fakticky připravena. Právě takový stav je ale nemorální a svědčí o pokleslosti společnosti, případně režimu, který tyto poměry nastolil.

Vyjádření těchto lidských práv stanovily státy sdružené v Organizaci spojených národů krátce po druhé světové válce. Tehdejší členové OSN se shodli na tom, že některá práva a svobody by měly platit univerzálně pro všechny osoby bez ohledu na státní příslušnost, rasu či náboženské vyznání¹⁰. Všeobecná deklarace

¹⁰ www.osn.cz – Zpravodajství – Lidská práva v datech.

ce lidských práv, ve které byla tato práva zakotvena, vyjmenovává dvě základní kategorie lidských práv. V první skupině se nacházejí občanská a politická práva, mezi která náleží například právo na spravedlivý soud, svobodu myšlení, svobodu svědomí a náboženství. Druhá kategorie zahrnuje ekonomická, sociální a kulturní práva, která garantují možnost osobního rozvoje a plnohodnotného zapojení do společnosti. V této kategorii se nachází například právo na vzdělání, odpočinek a práci.

Přijetím Deklarace samozřejmě nevymizely problémy, které byly s dodržováním lidských práv spojeny. Její význam spočívá především v tom, že lidé mají k dispozici vzor, o jehož naplnění mohou usilovat. Deklarace poskytuje i určitý návod, jak postupovat proti těm, kteří porušují práva jiných lidí. Všeobecná deklarace lidských práv byla následně zakomponována do ústav mnoha států včetně České republiky. Koncept lidských práv se tak stal jedním ze základních principů naší společnosti.

Více informací o Všeobecné deklaraci lidských práv naleznete na stránkách Organizace spojených národů, kde si můžete rovněž stáhnout text Deklarace v plném znění, www.osn.cz -> v sekci Dokumenty OSN -> Všeobecná deklarace lidských práv. Text Všeobecné deklarace lidských práv v originále naleznete v následujícím odkaze: <http://www.un.org/en/documents/udhr/> (anglicky) či www.un.org/en/ -> v sekci International Law -> Documents -> The Universal Declaration of Human Rights (anglicky).

Lidská práva v ČR a ve světě

Otázku lidských práv v České republice upravuje Listina základních práv a svobod, která vychází z Všeobecné deklarace lidských práv. Listina základních práv a svobod je spolu s Ústavou ČR součástí ústavního pořádku České republiky. Jako taková v zásadě vyjadřuje vztah mezi státem a občanem.

Jak je tomu s lidskými právy u nás? Na první pohled se může zdát, že s dodržováním lidských práv nemáme žádný problém. Většina obyvatel zde má zajištěny osobní a politické svobody, netrpí chudobou, má domov, dostatek potravin i přístup ke vzdělání a ke zdravotní péči. Základní lidská práva se pro nás stala natolik samozřejmou záležitostí, že si jejich existenci často neuvědomujeme. Stačí se však pozorněji seznámit se společenskými problémy naší země a vyjde najevo, že všichni občané nedisponují rovnocenným právem na vzdělání a práci. Oběti předsudků a nepružné státní byrokracie se stávají příslušníci jiných etnických a kulturních skupin, zdravotně postižení lidé, senioři nebo osoby s odlišnou sexuální orientací. Velkým problémem je i šikana mezi dětmi a násilí páchané na ženách, které zůstává skryto před zrakem veřejnosti a které mnozí považují za soukromou věc rodiny nebo jednotlivce.

Autoritářské režimy či špatná hospodářská situace vede na mnoha místech naší planety k tomu, že stamiliony lidí postrádají zcela základní práva vymezená v Deklaraci – jsou omezováni v politických a občanských právech a nedostává se jim ani základních osobních svobod, popřípadě k těmto právům mají přístup pouze vybraní jedinci. Jako příslušníci společnosti, kde ještě před dvěma desítkami let rovněž nebylo zajištěno dodržování mnoha lidských práv, máme možnost pochopit situaci těch, kterým jsou upírána dodnes, a nabídnout jim pomoc.

Odkaz na Listinu základních práv a svobod: <http://www.psp.cz/docs/laws/listina.html>, www.psp.cz -> v sekci Dokumenty -> Zákony -> Listina základních práv a svobod (č. 2/1993 Sb.).

Odkaz na Ústavu České republiky: <http://www.psp.cz/docs/laws/constitution.html>, www.psp.cz -> v sekci Dokumenty -> Zákony -> Ústava České republiky (č. 1/1993 Sb.).

Jak se zapojit do prosazování lidských práv v ČR a ve světě?

Pokud byste chtěli přispět k ochraně lidských práv, upozornit na jejich porušování nebo pomoci obětem bezpráví, není nic jednoduššího než se zapojit do aktivit organizací, které se tématem lidských práv zabývají. Mnoho z nich působí na mezinárodním poli a vyvíjí aktivity v zemích, ve kterých patří téma lidských práv k nejožehavějším. Oslovit můžete ale i organizace, které se zaměřují pouze na domácí problémy.

Amnesty International

Nevládní nezisková organizace působí ve 150 zemích včetně ČR a sdružuje dobrovolníky, kteří usilují o dodržování lidských práv. Pořádá kampaně a veřejné akce, jejichž cílem je přímá podpora obětem bezpráví i systémová změna na úrovni států a mezinárodního společenství. Amnesty se zaměřuje na pomoc politickým vězňům, obětem válečných konfliktů a uprchlíkům. Prosazuje zrušení trestu smrti a bojuje za odstranění diskriminace a chudoby. Každý se může stát členem, zapojit se aktivně do akcí a spolupodílet se na rozhodování o dění v organizaci.

Kampaně Amnesty International

Amnesty International pořádá pravidelně po celém světě při příležitosti výročí Deklarace lidských práv 10. prosince akce s názvem Maraton psaní dopisů. V tento den, který se slaví jako Den lidských práv, se lidé scházejí u stánků organizace na veřejných místech a společně píší dopisy úřadům, které jsou zodpovědné za páchání bezpráví. Zájemci mohou sepsat vlastní dopis, nebo se podepsat pod text, který se snaží pomoci nespravedlivě odsouzeným a zastráňovaným. Dopisy, které jsou každý rok určeny na podporu konkrétních lidí, mají nejen pomoci utlačovaným, ale i upozornit veřejnost na potlačování lidských práv.

<http://www.amnesty.cz>, <http://www.amnesty.org>

Český helsinský výbor

Tato nevládní nezisková organizace sleduje dodržování lidských práv v ČR, věnuje pozornost novým zákonům v oblasti lidských práv, připomínkuje je a předkládá alternativní návrhy. Pořádá také přednášky a semináře a o problematice lidských práv a organizuje školení pro odborné pracovníky ve školství. Organizace poskytuje pomoc lidem, jejichž lidská práva jsou ohrožena, a realizuje projekty na podporu integrace cizinců a zamezení diskriminace a nesnášenlivosti. Český helsinský výbor také provozuje ve svém pražském sídle poradenské centrum pro oblast občanských otázek.

<http://www.helcom.cz>

Člověk v tísni

Obecně prospěšná společnost Člověk v tísni podporuje rozvoj občanské společnosti v zemích, kde panují nedemokratické režimy a ve kterých nejsou dodržována lidská práva (Bělorusko, Kuba, Barma, Čína atd.). Poskytuje pomoc politickým vězňům, disidentům a opozičním aktivistům. Organizace pořádá také festival dokumentárních filmů s lidskoprávní tematikou *Jeden svět*, který má svou obdobu i ve školním prostředí. Organizace nabízí učitelům výukové sady, jejichž součástí jsou vybrané filmy a metodické pomůcky. Do programu se mohou zapojit i žáci nebo studenti a promítat dokumenty v rámci studentských filmových klubů.

Kampaň společnosti Člověk v tísni

Společnost Člověk v tísni pravidelně organizuje akce na podporu lidí, kteří se ocitli ve vězení za své politické názory. Jednou z takových akcí byl i happening, který se uskutečnil v červnu 2010 a který připomněl narozeniny barské disidentky a držitelky Nobelovy ceny míru Aun Schan Su Ťij, která strávila 15 let v domácím vězení. Graffiti zeď v Praze zdobil její portrét a lidé měli příležitost napsat na plochu krátký vzkaz a přání k jejím narozeninám. Na shromáždění vystoupili zástupci české politické scény a českých neziskových organizací a současně probíhala kampaň na sociální síti Facebook. Fotka z akce byla následně zaslána českým, evropským a barským exilovým médiím a také samotné Su Ťij jako vyjádření české podpory.

<http://www.clovekvtisni.cz>

Liga lidských práv

Česká nevládní organizace provádí monitoring lidských práv v ČR, upozorňuje na problémy v oblasti lidských práv a předkládá návrhy na jejich řešení. Doménou organizace jsou práva dětí, pacientů a duševně nemocných. Organizace se věnuje i vzdělávacím aktivitám a pořádá školicí kurzy pro lékaře, ředitele škol a zaměstnance ve veřejném a neziskovém sektoru. Do činnosti Ligy se můžete zapojit jako dobrovolníci.

<http://www.llp.cz>

Další organizace, které se zaměřují na ochranu lidských práv a pomoc konkrétním skupinám obyvatel, najdete na stránkách Národního informačního centra pro mládež <http://www.icm.cz> -> v sekci *Občan a společnost* -> *Lidská práva*. V Národním

informačním centru pro mládež vám také osobně poradí, jak se můžete zapojit do boje za lidská práva a jaké organizace můžete kontaktovat.

NICM sídlí na adrese:

Na Poříčí 1035/4

110 00 Praha 1

Otvírací doba:

Po–Čt 11.00–17.00

Pá 11.00–16.00

Databázi organizací, které se zabývají otázkou lidských práv, najdete na stránkách I-katalogů – <http://ikatalogy.nidm.cz> -> Občan a společnost -> Lidská práva.

ÚČAST VEŘEJNOSTI NA ROZHODOVÁNÍ

Rozhodování je hlavní důsledek svobody. Nese v sobě ale i to, co už tak lákavé není: odpovědnost. Člověk se totiž rozhoduje každou chvíli a vždycky to má nějaké následky, za které je také v různé míře zodpovědný. I tehdy, když si člověk myslí, že se rozhodování vyhnul, učinil nějaké rozhodnutí. A často právě tak, jak bychom se rozhodnout vlastně vůbec nechtěli. Například ten, kdo nejde k volbám, „dává“ svůj hlas budoucímu vítězi voleb, i když by ho třeba vůbec volit nechtěl.

My se ale teď nebudeme zabývat naším rozhodováním, které se týká celostátní úrovně, nýbrž hlavně tím, čím můžeme ovlivňovat veřejný život v našem bezprostředním okolí. Nejen proto, že se nás to většinou mnohem víc dotýká, ale můžeme tu často daleko lépe vidět i následky svých rozhodnutí a svého jednání.

Co může každý

Někdy může člověk nápravu toho, co mu vadí, zjednat sám. Ale zdaleka ne vždycky. Představte si, že jste třeba zaznamenali, jak na přechodu pro chodce nefunguje semafor nebo že někdo poničil dětské hřiště. Pak tím správným místem, kde hledat nejprve nápravu, je příslušný místní úřad. Ve většině případů by měli být schopni řešit stížnost na obecním nebo městském úřadě. Pokud nemá úředník možnost problém řešit, měl by vás alespoň odkázat na jinou kompetentní instituci. Domáhat se nápravy nějaké situace nebo si stěžovat na určitou věc je na místním příslušném úřadě možné až od 18 let.

Jak úřad kontaktovat

Telefonicky

Telefonní kontakt je nejjednodušší způsob, jak sdělit úřadu svou žádost nebo stížnost. Prostřednictvím telefonu byste se měli dozvědět, kdo přesně bude za řešení vašeho problému zodpovědný. Na druhou stranu vašemu případu nebude přiděleno žádné evidenční číslo, tudíž nemusí být úředníky vnímán jako závazný.

Poštou

Oficiální žádost nebo stížnost můžete doručit na úřad poštou, faxem nebo e-mailem. Je-li navíc dopis poslán doporučeně, nebo e-mail je opatřen elektronickým podpisem či zaslán do datové schránky, má úřad povinnost na něj do 60 dnů odpovědět¹¹. V případě, že se musí věcí zabývat zastupitelé, mají úředníci na reakci až 90 dnů.

Osobní návštěva

Návštěva může představovat velmi účinný způsob, jak řešit váš problém. Poznáte zodpovědné úředníky, po kterých můžete vyžadovat, aby přímo zodpověděli vaše dotazy. Důležité ovšem je požádat na začátku schůzky o vyhotovení zápisu. Jen díky němu má úřad oficiální povinnost se vaší věcí zabývat. I pro tento způsob však platí, že žadateli musí být alespoň 18 let.

Pokud budete mít dojem, že se úřad vaší žádostí či stížnostmi dostatečně nezabývá, můžete se obrátit na nadřízený orgán daného oddělení – tedy nejčastěji na zastupitele, starostu nebo přímo na poslance. Každý zastupitel či poslanec má úřední hodiny, ve kterých přijímá návštěvy občanů, případně nabízí alespoň možnost si domluvit schůzku předem. Úřední hodiny zastupitele si můžete ověřit na webových stránkách obce nebo telefonicky v kanceláři obecního úřadu. Adresa a návštěvní hodiny poslanecké kanceláře se zveřejňují na webových stránkách Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR <http://www.psp.cz>.

Můžete se také bez předchozího oznámení zúčastnit jednání zastupitelstva obce či kraje. Na programu schůzí jsou i interpelace občanů, v rámci kterých můžete sami vystoupit a přednést svou stížnost. Nechtěli-li se zastupitelé vaší věcí zabývat, můžete využít svého práva a požadovat projednání záležitosti radou nebo zastupitelstvem obce a kraje. Podmínkou je, aby žádost podepsalo alespoň 0,5 % občanů obce starších 18 let. Možnost vystoupit na zasedání a podat žádost o projednání věci však mají pouze lidé, kteří dosáhli 18 let.

¹¹ Jak je možné si zřídit elektronický podpis nebo datovou schránku, se dočtete v kapitole Občanská gramotnost.

Příklad – Zásah veřejnosti do územního plánu:

Staletou izolací od civilního užívání vznikla v bývalém vojenském prostoru Milovice ve středních Čechách unikátní krajina s pestrá směsicí flóry a fauny. Přírodovědci hodnotu tohoto území, které bylo po roce 2000 vyhlášeno přírodní rezervací, srovnávají s Českým krasem nebo CHKO Pálava. Od roku 2000 však sílí tlaky na její komerční a průmyslové využití. Automobilová společnost zde chtěla postavit zkušební polygon, uvažovalo se o znovuzprovoznění bývalého vojenského letiště a v poslední době mělo chráněné území podle chystané změny územního plánu ustoupit golfovému hřišti. Občané, ve kterých tento návrh vyvolal nevoli, předložili své námítky proti výstavbě hřiště na veřejném projednávání územního plánu. S následnou pomocí ekologického sdružení docílili toho, že změna územního plánu byla zamítnuta.

Zdroj: <http://www.mestolysa.cz>, <http://www.arnika.org>

Občanská sdružení

Účinný způsob, jak řešit to, co vás zajímá či trápí, je spojit se lidmi, kteří chtějí prosadit stejnou věc. Vhodnou formou pro to je občanské sdružení. Možná, že ve vašem okolí už nějaké takové vhodné existuje. Ale pokud ne, může vaše iniciativa vyústit v založení občanského sdružení, které je nejnádhodnější cestou k prosazení společných zájmů. Občanským sdružením se může stát například sportovní spolek, nepolitické hnutí či odborová organizace.

Proč založit občanské sdružení?

- Je výhodné být spojený s dalšími lidmi. Hlas skupiny může mít větší váhu než hlas jednotlivce.
- Občanské sdružení může žádat o granty na podporu své činnosti od soukromých dárců, nadací, státních institucí nebo mezinárodních organizací.
- Občanské sdružení může vystupovat jako účastník správních řízení. Může se tedy podílet na rozhodování o investičních projektech a uplatnit své připomínky a požadavky.
- Občanská sdružení nemusí platit některé správní poplatky (např. za ověření úředních dokumentů, ověření podpisu nebo za výpis z katastru nemovitostí).
- V občanském sdružení se můžete seznámit s lidmi, kteří mají podobné názory jako vy, a získat zde nové přátele a kamarády.

Jak založit občanské sdružení?

- Občanské sdružení mohou založit nejméně tři lidé, z nichž alespoň jeden musí být starší 18 let. Tito zakládající členové, kterými mohou být i cizinci, tvoří tzv. přípravný výbor.

- Výbor musí sepsat stanovy sdružení, které se předkládají k žádosti o registraci. Stanovy musí obsahovat: název sdružení, sídlo, cíl činnosti, práva a povinnosti členů, orgány sdružení, způsob jejich ustavování, určení orgánů a funkcionářů oprávněných jednat jménem sdružení, ustanovení o organizačních jednotkách a zásady hospodaření. Stanovy je vhodné konzultovat s právníkem nebo se při jejich psaní můžete inspirovat u ostatních občanských sdružení.
- Občanské sdružení vzniká na základě registrace u Ministerstva vnitra ČR, které však žádost přípravného výboru může odmítnout, jedná-li se například o sdružení, které omezuje lidská práva, vzniká s cílem finančního zisku, nebo o takové sdružení, z jehož stanov vyplývá, že jde o politickou stranu či náboženský spolek.

Podrobné informace k založení a fungování občanského sdružení včetně vzorů žádosti o registraci naleznete na portálu pro občanskou společnost <http://obcan.ecn.cz>.

Předpisy související s registrací zveřejňuje Ministerstvo vnitra ČR na stránkách <http://www.mvcr.cz> -> v sekci *Služby pro veřejnost* -> *Rady a služby*.

Se založením občanského sdružení vám také pomůže Poradna Centra pro podporu občanů sdružení Arnika – <http://www.poradna.arnika.org>.

Příklad úspěšných aktivit občanského sdružení:

Česká potravinářská společnost měla v plánu vybudovat na Domažlicku tři velkodrůbežárny pro 1,8 milionu slepic, následkem čehož by se tento region stal oblastí s největší koncentrací drůbeže ve střední Evropě. Hrozba vysoké koncentrace amoniaku a kontaminace půdy a vody přiměla místní obyvatele k odporu. Lidé z postižených obcí založili občanské sdružení, které se snažilo navrhovaným stavbám zabránit. Získali tak právo vystupovat ve správních řízeních a předkládat své námítky k projektu. I přes počáteční nesmlouvavý postoj drůbežářské společnosti se obě strany nakonec dohodly na kompromisu. Kapacita velkochovu se snížila na třetinu a v okolí stavby byla vysázena zeleň. Drůbežářská firma se snažila v následujících letech drůbežárnu rozšířit o další halu, ale její plány byly vždy ze strany občanů a obcí zamítnuty.

Zdroj: <http://www.hnutiduha.cz>

Další formy neziskových organizací

Občanské sdružení je pouze jednou z organizací, kterou je možno založit za účelem řešení veřejného problému. Souhrnným názvem se tyto organizace označují jako nevládní neziskové organizace a kromě občanského sdružení mezi ně patří také obecně prospěšné společnosti, nadace a nadační fondy a církevní společnosti¹². Jejich společným rysem, kterým se odlišují od běžných komerčních subjektů, je snaha o obecně prospěšnou činnost. Snaží se řešit aktuální společenské problémy, které bývají často přehlíženy nebo kterým se nevěnuje dostatečná pozornost (lidská práva, ekologie, sociální péče atd.). Nevládní neziskové organizace často kritizují kroky parlamentu a vlády, což jim umožňuje to, že jsou nezávislé na veřejných orgánech a neusilují o politickou moc.

Obecně prospěšná společnost

Tento typ organizací bývá zřizován za účelem poskytování nějaké všeobecně uznávané veřejné služby. To jim na jedné straně zaručuje určité ekonomické výhody, na druhé straně jejich činnost podléhá přísnějším nárokům, než tomu bývá u občanských sdružení. Veškerý zisk, který vydělá, investuje zpět do aktivity společnosti. Hlavní rozdíl mezi obecně prospěšnou společností a občanským sdružením je účel vzniku. Občanské sdružení vzniká za účelem prosazování zájmů svých členů, na rozdíl od toho obecně prospěšná společnost vzniká za účelem obecně prospěšnosti. Příkladem obecně prospěšných společností, které působí v ČR, jsou Tyflocentrum, které se stará o zrakově postižené, České Švýcarsko, které má za cíl šetrný rozvoj stejnojmenného národního parku, nebo již zmíněná OPS Člověk v tísni.

Nadace a nadační fondy

Nadace jsou neziskové organizace, které slouží k financování jiných neziskových aktivit (většinou vykonávaných občanskými sdruženími). Nejčastěji je zakládá bohatý člověk – filantrop, který chce použít svůj majetek na veřejně prospěšné účely. Nadace vzniká sepsáním tzv. nadační listiny, která stanovuje, pro jaké cíle je možné majetek použít. Vybrané aktivity nadace financuje z výnosů nadačního jmění a ostatního majetku nadace. Mezi známé české nadace patří například Hlávkova nadace, která poskytuje stipendia studentům a umělcům, Nadace Naše dítě, která pomáhá ohroženým dětem, nadace Partnerství na podporu ekologických aktivit nebo F-nadace či Nadace Jaroslava Foglara pro podporu výchovných a vzdělávacích aktivit.

Další informace k fungování a statusu nevládních neziskových organizací si můžete přečíst na <http://obcan.ecn.cz> a <http://www.neziskovky.cz>.

¹² Občanská sdružení se řídí zákonem č. 83/1990 Sb., o sdružování občanů, pro obecně prospěšné společnosti platí zákon č. 248/1995 Sb., o obecně prospěšných společnostech, nadace podléhají zákonu č. 227/1997 Sb., o nadacích a nadačních fondech, a chod církví je upraven v zákonu č.3/2002 Sb., o církvích.

Katalog neziskových organizací je dostupný na portálech <http://www.neziskovky.cz> a <http://www.kormidlo.cz> a v databázi Informační systémy neziskových organizací, kterou provozuje Ministerstvo vnitra na stránce <http://www.isnno.cz>.

Petice

Dalším způsobem, jak upozornit na problém ve vašem okolí, je sepsat petici. Kromě své informační úlohy má petice možnost ovlivňovat veřejné mínění. V tom bývá většinou její hlavní smysl. Podat ji může občan starší 18 let jakémukoliv orgánu státní správy (včetně parlamentu) ohledně záležitosti, která spadá do jeho působnosti. V petici mohou lidé vyjádřit jakýkoliv požadavek či nespokojenost s jakoukoliv věcí, její předmět však nesmí zasahovat do nezávislosti soudů nebo vyzývat k porušování zákona a ústavy. Pro přijetí petice není rozhodující počet signatářů. Minimum je stanoveno pouze u petičních akcí k založení politické strany (1 000 autentických a ověřitelných podpisů) a vypsání místního referenda (autentické a ověřitelné podpisy 6 % občanů příslušného města). Úřad, kterému je petice adresována, ji musí podle zákona přijmout. Pokud nepatří do jeho působnosti, zašle ji příslušnému orgánu. Po přijetí ji musí úřad posoudit a do 30 dnů odpovědět tomu, kdo petici podal.

Petice bývaly v dřívějších dobách dost populární, ale dnes je jejich dopad dosti omezený. V praxi totiž odpověď úřadů může být velmi obecná nebo vyhýbavá a výsledek, který přinese, se nemusí vždy vyrovnat úsilí, které do ní bylo vloženo.

Hlavní zásady pro sepsávání a podávání petice:

- Petice musí být písemná.
- Na petici musí být uveden text petice, jméno, příjmení a bydliště toho, kdo petici sestavil, a adresát petice (správní orgán).
- Každá osoba, která petici podepíše, musí uvést své jméno, příjmení a bydliště. Rodné číslo se nevyžaduje. Petici může podepsat i cizinec.

V poslední době začínají nabývat na důležitosti petice elektronické. Na internetových serverech je možné v několika krocích petici vytvořit a informovat o ní další potenciální sympatizanty. Pod internetové petice se může jednoduše „podepsat“ velké množství signatářů, a zvýšit tak povědomí ve společnosti o daném problému. Význam internetových petic je ovšem spíše propagační, protože podle zákona je možné podat petici pouze v písemné podobě.

Seznam serverů s šablonami pro založení petice:

České – <http://www.petice.net> <http://petice.nazory.cz>

Mezinárodní – <http://www.petitionspot.com>, <http://www.petitiononline.com>, <http://www.thepetitionsite.com>

Katalog petic v oblasti životního prostředí, sociální péče a lidských práv – <http://petice.ecn.cz> a <http://arnika.org> -> v sekci Účast veřejnosti -> Kauzy

Další informace o zakládání a podávání petic získáte na stránkách Ministerstva vnitra <http://www.mvcr.cz> -> v sekci *Služby pro veřejnost* -> *Rady a služby* -> *Občanské aktivity* a také na portálu občanských aktivit <http://obcan.ecn.cz>.

Evropská petice

Petici lze podat i na mezinárodní úrovni k Evropskému parlamentu (EP). Učinit tak může občan jakékoliv členské země EU ohledně věci, která přímo souvisí s aktivitami Evropské unie například v oblasti životního prostředí, lidských práv, zaměstnanosti nebo v otázkách volného pohybu osob a práv evropských občanů. Obsahem stížnosti může být záležitost veřejného zájmu nebo čistě individuální věc. Petici je možné podat v jednom z oficiálních jazyků EU (tedy i v češtině) elektronickou cestou přes webový formulář nebo ji zaslat v písemné podobě poštou. Pokud bude petice spadat do působnosti EU, petiční výbor posoudí její obsah a dále ji může předat Evropské komisi nebo parlamentu. Může se též pokusit o vyřešení problému ve spolupráci s národními úřady, ale nemá pravomoc zvrátit jejich rozhodnutí.

Adresu k zasílání petic Evropskému parlamentu, odkaz na online formulář i další podrobné informace jsou k dispozici na stránkách EP <http://www.europarl.europa.eu> -> v sekci *Parlament* -> *Parlament a občané*.

Příklad úspěšné petice:

V roce 1996 vyrostl na pražském ostrově Štvanice ve své době ojedinělý zastřešený skate park, který se postupem času stal dějištěm uznávaných mezinárodních soutěží ve skateboardingu i mnoha kulturních akcí. Po 10 letech fungování však pražský magistrát nařídil kvůli stížnostem na hluk jeho vystěhování. Rozhodnutí se setkal s výraznou nevolí mezi návštěvníky skate parku a okamžitě byla iniciována petice, ve které se téměř 5 tisíc lidí vyslovilo pro jeho zachování. Události následně věnovala pozornost i média, která zprostředkovala dialog mezi radními a provozovateli skate parku. Rozhodnutí magistrátu se podařilo zvrátit a výpověď smlouvy byla zrušena. Významnou roli při tom hrála petiční akce, která pomohla na problém upozornit.

Zdroj: <http://www.rozhlas.cz>, <http://www.mysticskates.cz>

Veřejné shromáždění

Svůj názor na veřejné záležitosti můžete dát najevo i na veřejném shromáždění, a využít tak shromažďovacího práva, které každému jedinci zaručuje Listina základních práv a svobod. Veřejným shromážděním se nerozumí jen manifestace, ale i poulič-

ní průvod, happening nebo veřejné setkání, které je přístupné každému a které se koná na veřejném místě. Výhodou veřejného shromáždění je fakt, že pro jeho organizaci není třeba povolení státního orgánu, podléhá však oznamovací povinnosti.

Pravidla pro svolávání veřejných shromáždění:

- Shromáždění může svolat občan starší 18 let nebo právnická osoba se sídlem v ČR.
- Shromáždění se nesmí konat 100 metrů od budov zákonodárného sboru a Ústavního soudu nebo od míst, kde tyto sbory nebo soud jednají.
- Oznámení o svolání je třeba podat alespoň 5 dnů před dnem jeho konání na obecní úřad, v jehož územním obvodu se má shromáždění konat. Bude-li místo akce přesahovat hranice obvodu obce či kraje, je třeba se obrátit na pověřený obecní úřad, krajský úřad či Ministerstvo vnitra.

Doručení oznámení o shromáždění úřadu však ještě nezaručuje jeho konání. Úřad může nejpozději do 3 pracovních dnů ode dne, kdy oznámení obdržel, akci zakázat. Důvodem pro takové rozhodnutí může být například rasový podtext shromáždění, ohrožení zdraví nebo nepřiměřené omezení dopravy. Shromáždění může být i v průběhu konání rozpuštěno, páchají-li jeho účastníci trestnou činnost nebo pokud se shromáždění odchýlilo od oznámeného účelu.

Od roku 2004 je možné na Palackého náměstí v Praze jako na jediném místě v ČR uspořádat veřejné shromáždění bez předchozího oznámení. Místo, kterému se podle londýnského vzoru přezdívá také „pražský Hyde Park“, lze k neohlášeným shromážděním využívat každý den od 10 do 20 hodin.

Řada veřejných shromáždění se v poslední době organizuje prostřednictvím internetu. Speciálně sociální sítě představují užitečný nástroj, jak pro určitou myšlenku najít podporu mezi ostatními lidmi. Jejich předností je především snadné šíření a rychlá odezva. Pozvánku k připojení do skupiny lze jednoduše odeslat dalším přátelům, a počet sympatizantů tak může během krátké doby podstatně narůst. Internetová skupina, která prosazuje určitou věc, může následně přerůst ve veřejnou iniciativu, uspořádat petici či veřejné shromáždění, a dosáhnout tak viditelného účinku. Příkladem úspěšné iniciativy, která překročila hranice internetu, byla akce za odložení státních maturit v červnu 2009. Na sociální síti Facebook se proti této věci zformovaly dvě skupiny, které čítaly dohromady přes 100 tisíc členů. Odpůrci maturit společně zorganizovali demonstraci, na které se sešlo 7 tisíc středoškolských studentů, a sepsali petici, pod kterou shromáždili 19 tisíc podpisů. Nesouhlas studentů vyslyšeli i politici a zavedení státních maturit odložili.

Zdroj: <http://www.idnes.cz>, <http://www.e-polis.cz>

Více informací o pořádání a oznamování shromáždění se dozvíte na stránkách Ministerstva vnitra <http://www.mvcr.cz> -> v sekci *Služby pro veřejnost* -> *Rady a služby* a na informačním portálu <http://obcan.ecn.cz>. S pravidly veřejného shromažďování vás také seznámí úředníci na obecním úřadě.

Místní referendum

Významným prostředkem účasti na rozhodování v obci je i místní referendum. V případě, že podobný názor sdílí řada dalších občanů, může se veřejné hlasování stát účinnou cestou, jak ovlivnit dění na místní úrovni.

Místní referendum je v současnosti jediný uzákoněný nástroj přímé demokracie v ČR. Lze jej uspořádat jen na území jedné obce. Referendum na krajské nebo celostátní úrovni české zákony v současné době neumožňují¹³. V referendu je možné rozhodovat pouze o záležitostech, které náleží do tzv. samostatné působnosti obce. Typickým příkladem takových věcí je územní plán obce, její sloučení či rozdělení nebo nakládání s majetkem obce. V místním referendu je možné rozhodovat i o tom, jaké má obec zastávat stanovisko v záležitostech, které nespádají přímo do její rozhodovací pravomoci (například postoj k nové stavbě na území obce). Místní referendum se nesmí konat mimo jiné o místních poplatcích a rozpočtu obce nebo města, o zřízení a zrušení orgánů obce a města nebo o zrušení, změně a schválení závazné vyhlášky obce. Otázka, která je předmětem referenda, musí být zformulována tak, aby bylo možné na ni odpovědět pouze ano či ne. Špatně formulovaná (například sugestivní) otázka může být důvodem pro neplatnost celé akce.

Referendum může vyhlásit sama obec nebo jej mohou iniciovat (alespoň tři) občané, seskupení v tzv. přípravném výboru. Ti musí najít mezi dalšími občany obce dostatečnou podporu pro konání referenda (6 % až 30 % voličů dle velikosti obce) a připravit podpisovou listinu. O návrhu přípravného výboru rozhoduje zastupitelstvo. Pro platnost referenda je nutné, aby se ho účastnilo alespoň 35 % oprávněných voličů. Výsledek hlasování se stává závazným, jestliže se pro něj vysloví alespoň polovina hlasujících, kteří zároveň představují minimálně 25 % všech osob oprávněných hlasovat.

Další informace o konání místního referenda se dozvíte na stránkách Ministerstva vnitra <http://www.mvcr.cz> -> v sekci *Služby pro veřejnost* -> *Rady a služby* -> *Občanské aktivity* nebo přímo na odboru všeobecné správy.

¹³ Na celostátní úrovni zatím mohou být zákonem vyhlášována pouze konkrétní referenda – v roce 2004 proběhlo referendum o našem členství v EU.

Příklad úspěšného místního referenda:

V roce 2000 se v jihočeském Táboře uskutečnilo první místní referendum, které dalo možnost obyvatelům rozhodnout o podobě svého města. Centrem Tábora měly vést dvě nové silnice, které by výrazným způsobem narušovaly jeho podobu. První měla protínat místní botanickou zahradu, druhá měla zabrat část odpočinkové zóny u vodní nádrže. Obyvatelé Tábora na tento návrh reagovali nesouhlasem a založili společně s Ekologickým právním servisem neformální sdružení, jehož cílem bylo prosadit konání referenda, ve kterém by se o stavbě rozhodovalo. Jejich iniciativa narazila na odpor u mnoha místních politiků a úředníků veřejné správy, kteří se snažili jeho vyhlášení zabránit. Po stížnostech občanů na postup úřadu u Ministerstva vnitra se podařilo jejich původní zamítavé rozhodnutí zvrátit, a dát tak volný prostor městské radě k vyhlášení referenda. Referendum proběhlo bez větších problémů a zúčastnilo se ho 37 % oprávněných voličů, z nichž 80 % se vyjádřilo proti plánované výstavbě. Výsledek byl proto pro městské zastupitele závazný a z plánu silniční komunikace v centru se upustilo. Celá akce přispěla i k tomu, že místní občanská sdružení získala důležité kontakty na odborníky zabývající se zapojováním veřejnosti do rozhodování, čehož mohou organizace využít i při dalších jednáních o budoucí podobě města.

Zdroj: <http://www.eps.cz>

Ombudsman

Pokud se domníváte, že úřad veřejné správy neprávem zamítl vaši žádost nebo s vámi úředník jednal arogantně, můžete se obrátit na ombudsmana, který vystupuje jako ochránce a mluvčí práv občanů. Úkolem ombudsmana neboli veřejného ochránce práv je chránit osoby před jednáním úřadů, které je v rozporu se zákonem, nebo naopak před jejich nečinností, a tím přispívat k ochraně základních práv a svobod. Jako zastánce práv tak přispívá ke zlepšení vztahu občanů a státní moci.

U ombudsmana si lze stěžovat na činnost ministerstev, matričních úřadů, úřadů práce, katastrálních úřadů, zdravotních pojišťoven, stavebních úřadů atd. Veřejný ochránce práv se zabývá i činností obecních a krajských úřadů, ale pouze jako orgánů státní správy. Nezasahuje do jejich rozhodnutí na poli samosprávy. Ombudsman nefunguje ani jako odvolací instance a nelze se na něj obrátit v případě, že nesouhlasíte s rozhodnutím soudu nebo se zahájením trestního řízení. V dané věci může veřejný ochránce práv provést šetření a pomoci neformálních návrhů se pokusit o nápravu. V dalším kroku může případ medializovat, vyvinout na instituci

tlak a vyzvat ji, aby chybu napravila. Pokud si nebudete jisti, jestli vám ombudsman může pomoci, volejte na informační linku uvedenou v kontaktech.

Co musí stížnost splňovat?

Stížnost k ombudsmanovi je možné podat až poté, když nespokojený občan vyčerpal všechny možnosti řešení problému, které mu nabízí zákon. Pokud jste nespokojeni s postupem úřadu, je nezbytné se obrátit nejdříve na úřad samotný nebo se odvolat proti rozhodnutí u nadřízeného orgánu. Ke stížnosti ombudsmanovi pak musíte doložit všechny dokumenty, které dokazují, že jste se neúspěšně snažili o nápravu u úřadu, kterého se stížnost týká.

Tipy:

Máte špatně vypočítané dávky v nezaměstnanosti: *V takovém případě zašlete svou stížnost úřadu práce, u kterého jste evidováni. Až potom, když zde neuspějete, se můžete obrátit na ombudsmana.*

Nejste spokojeni s postupem lékaře: *Pokud je lékař zaměstnancem nemocnice nebo jiného zdravotnického zařízení, stěžujte si nejprve u jeho zřizovatele (krajský úřad nebo Ministerstvo zdravotnictví). V případě pochybení praktického lékaře adresujte svou stížnost České lékařské komoře, které je každý praktický lékař ze zákona členem. Můžete se obrátit i na zdravotní pojišťovnu, u které jste pojištěni. Až v posledním kroku se obraťte na veřejného ochránce práv, který může přezkoumat postup krajského úřadu, Ministerstva zdravotnictví a zdravotní pojišťovny při vyřizování stížnosti.*

Ve stížnosti je nutné uvést:

- Jméno, příjmení a bydliště osoby, která si stěžuje.
- Úřad, kterého se stížnost týká.
- Okolnosti problému včetně informace, zda tuto záležitost řešil již jiný orgán a s jakým výsledkem.
- Doklad o tom, že úřad, kterého se stížnost týká, nespokojený občan již sám vyzval k nápravě.
- Všechny další dokumenty a informace, které s případem souvisí.

Jak podat stížnost:

- Písemně, elektronickou poštou, prostřednictvím datové schránky, pomocí internetového formuláře, osobně doručit do podatelny Kanceláře veřejného ochránce práv nebo stížnost osobně podat do protokolu na Příjmu podnětů a projednat ji s právníkem Kanceláře.

Kontakt na veřejného ochránce práv:

Sídlo: Údolní 39, 602 00 Brno

E-mailová adresa pro podávání podnětů: podatelna@ochrance.cz

Telefonní informační linka: (+420) 542 542 888

Elektronická podatelna: <http://poe.gordic.cz/KVOP>

Webová stránka: <http://www.ochrance.cz>

Evropský ombudsman

Chcete-li si stěžovat na postup evropské instituce, můžete se obrátit na evropského veřejného ochránce práv, do jehož kompetence spadají záležitosti Evropské komise, Rady EU či Evropského parlamentu. Evropský ombudsman řeší především nesrovnalosti, které se týkají porušování lidských práv, zneužívání pravomoci, nepoctivosti a zbytečných průtahů. Zasahuje i v případech, kdy evropští úředníci odmítají poskytnout informace nebo nereagují na podněty a stížnosti. Nemůže se naopak zabývat stížnostmi které se týkají státních, regionálních či místních orgánů v členských státech Evropské unie, a to ani v případě, že se jedná o záležitost evropského charakteru. Neřeší ani stížnosti na činnost národních soudů a veřejných ochránců práv a nevystupuje jako orgán, ke kterému je možné se proti rozhodnutí těchto institucí odvolat. Pokud podnět náleží do jeho pravomocí, může evropský ombudsman vyzvat dotčený orgán k nápravě nebo přímo navrhnout opatření, které by přispělo k řešení problému. V posledním kroku může předložit zvláštní zprávu o záležitosti Evropskému parlamentu.

Stížnost evropskému ombudsmanovi může podat kterýkoliv občan členského státu EU nebo občan s bydlištěm v jednom z těchto států. Stížnosti lze podat poštou, faxem, elektronickou poštou nebo prostřednictvím webového formuláře.

Všechny nezbytné kontakty společně s formulářem stížnosti naleznete na stránkách Evropského veřejného ochránce práv <http://www.ombudsman.europa.eu>. O činnosti evropského ombudsmana vám podají informace také Eurocentra <http://www.euroskop.cz> a informační centra Evropské unie Europe Direct <http://www.europe-direct.cz>.

Na jaké instituce se obrátit, jestliže se chcete zapojit do rozhodování o veřejných věcech:

Ministerstvo vnitra, odbor všeobecné správy, oddělení volební a sdružování – oddělení zabývající se občanskými aktivitami a účastí veřejnosti na rozhodování. Na webových stránkách lze nalézt základní informační servis a soupis zákonů, které souvisejí s problematikou – <http://www.mvcr.cz>.

Občanská společnost – informační portál a rozcestník občanských aktivit <http://obcan.ecn.cz>.

Poradna Centra pro podporu občanů sdružení Arnika – bezplatná internetová poradna pro občany, občanská sdružení a obce o způsobech, jak se podílet na rozhodování o veřejných věcech především v oblasti životního prostředí – <http://www.poradna.arnika.org>.

Web pro otevřenost veřejné správy – internetová poradna a diskuze o problémech při uplatňování svobodného přístupu k informacím a otázkách zapojení veřejnosti do rozhodování – <http://www.otevrete.cz>.

Ekologický právní servis – právní poradna pomáhající řešit situace, kdy je ohroženo životní prostředí, nebo případy, kdy správní orgán zneužívá svého postavení. EKS informuje také o možnostech, jak se zapojit do rozhodování o věcech veřejných. Položit dotaz do poradny je možné prostřednictvím webových stránek, telefonicky nebo v sídle organizace v Brně. Kontakty lze nalézt na <http://www.eps.cz>.

Ekologická poradna Nesehnutí Brno – organizace poskytuje bezplatné poradenství v oblasti životního prostředí a účasti veřejnosti na rozhodování. Poradnu lze kontaktovat na webových stránkách, telefonicky nebo ji navštívit osobně v brněnském sídle – <http://www.ekobrana.cz>.

Ekologický institut Veronica – organizace provozuje poradnu, která se věnuje environmentálním problémům a otázkám účasti veřejnosti na rozhodování. Poradnu lze kontaktovat na webových stránkách, prostřednictvím telefonu nebo osobně v Brně – <http://www.veronica.cz>.

Nadace Via – nadace poskytuje granty na projekty, které propojují neziskový sektor, obce a místní obyvatele a které přispívají k rozvoji občanských iniciativ – <http://www.nadacevia.cz>.

Tématem veřejné účasti na rozhodování se zabývají i další ekologické poradny. Vybrat si tu pravou můžete v databázi environmentálních poradců na stránce <http://www.ekoporadna.cz>.

PROJEKTOVÁNÍ

Stížnost na veřejný problém nebo samotná účast na rozhodování o věcech veřejných může být pouze prvním krokem k tomu, jak danou věc řešit. Ke změně můžete přispět i realizací vlastního projektu, který bude zaměřen na prevenci nebo řešení problému ve vaší komunitě, obci či skupině vrstevníků. Nejste-li například spokojeni s možnostmi kulturního vyžití ve vašem městě nebo ve vaší obci, můžete zorganizovat vlastní festival. Pokud vás trápí stav životního prostředí ve vašem okolí, můžete iniciovat akci na jeho vyčištění a uspořádat sérii vzdělávacích seminářů pro veřejnost o environmentálních otázkách. Jestliže máte dojem, že lidé ve

vašem městě nebo ve vaší obci se málo zajímají o veřejné dění, zrealizujte osvětovou akci o tom, co všechno může hlas aktivního jedince změnit. Projekt můžete zkusit prosadit v malé skupince lidí nebo pod záštitou již zavedené organizace. Při předkládání projektu k žádosti o finanční dotaci však obecně platí, že lepší přístup ke grantům mají občanská sdružení nebo jiné formy neziskových organizací.

Jak napsat úspěšný projekt

- Nejdříve je nutné si promyslet, jaký problém byste chtěli řešit a jestli právě on je jedním z nejpalčivějších, které trápí vaši komunitu (například nedostatek příležitostí pro volnočasové aktivity mladých lidí).
- Je třeba si stanovit jasný a reálný cíl vaší činnosti. Projekt nelze realizovat pouze za účelem samotné aktivity, ale měl by přinést viditelné výsledky (vybudování mládežnického centra).
- Vaše činnost by měla být do určité míry unikátní. Je možné, že v dané oblasti již působí jiná organizace nebo spolek. Pokud se vaše aktivity budou překrývat, bude mnohem obtížnější váš projekt prosadit (volnočasové centrum, které bude otevřeno i lidem s omezenými příležitostmi).



- Důležité je také si přesně vymezit, pro koho bude projekt určen, jaká bude vaše cílová skupina a jaké metody budete při realizaci používat (např.: místní mládež ve věku od 13 do 20 let).
- Měli byste si rozplánovat jednotlivé aktivity a vytvořit si časový harmonogram celé akce. Důležité je si stanovit, podle jakých kritérií bude možno poznat, že cíl projektu byl splněn (volnočasové centrum je plně zařízeno, má stálý program a pravidelné klienty).
- Je důležité také předem odhadnout, s jakými problémy se projekt může potýkat, abyste byli připraveni takovým komplikacím při realizaci čelit (mládežnické centrum se setká s nezájmem, nebude mít dostatečně atraktivní program).
- Nedílnou součástí a často nejdůležitější částí projektového návrhu je i podrobný rozpočet akce.

Pro svůj projekt budete potřebovat i instituci, která bude vaše aktivity financovat – donora. Může jím být orgán státní správy jako obecní a městský úřad, ministerstvo či jeho přímo řízená organizace. Granty na projekty v neziskové sféře poskytují velmi často také nadace a nadační fondy, velké neziskové organizace či komerční společnosti. Každý donor podporuje jinou oblast a stanovuje si jiné podmínky pro uznání grantu. Projekt je proto vhodné psát již pro konkrétní dárcovskou instituci a přizpůsobit žádost jejím požadavkům.

Kam se obrátit pro podporu?

Iniciativy mládeže

V rámci tohoto programu může skupinka alespoň 4 mladých lidí od 15 do 30 let uskutečnit akci, která bude rozvíjet jejich tvořivost a iniciativu. Konkrétnímu zaměření se meze nekladou. Mladí lidé mohou například založit vlastní kroužek, který bude otevřen dalším zájemcům a v rámci kterého se budou věnovat oblíbené činnosti. Může se ale jednat i o jednorázovou akci jako zahraniční výlet se vzdělávací tematikou nebo výstava vlastních uměleckých prací. Pokud budete projekt iniciativy mládeže připravovat a chtěli byste využít rady odborníka, můžete se obrátit na jednoho z koučů (školitelů), kteří pomáhají s přípravou i realizací projektu. Kontakt na ně naleznete na webových stránkách <http://www.mladezvakci.cz> -> v sekci *Kontakt -> Kontakty na kouče pro iniciativy mládeže a výměny*.

Krajské, obecní a městské úřady

Struktura dotačních programů se na každém samosprávném úřadu liší, ovšem naprostá většina z nich vyčleňuje ze svého rozpočtu peníze na volnočasové aktivity, sport nebo neformální vzdělávání mládeže. O dotaci se většinou může ucházet jak organizace pracující s mládeží, tak i sdružení mladých lidí. Podrobnější podmínky financování najdete na webových stránkách každého úřadu – nejčastěji v sekcích věnovaných dotacím v oblasti vzdělávání a mládeže. Rozcestník jednotlivých úřadů je k dispozici na Portálu veřejné správy <http://portal.gov.cz>.

Mládež v akci

Jedním z největších programů, který podporuje aktivity mládeže, je projekt EU **Mládež v akci**. Jeho obecným cílem je rozvíjet solidaritu a toleranci mezi mladými lidmi, podnit v nich smysl pro aktivní občanství a přispět k rozvoji spolupráce v oblasti mládeže. Program zdůrazňuje metodu neformálního vzdělávání a mladým lidem umožňuje zúčastnit se výměnných a dobrovolnických pobytů v zahraničí a poskytuje jim granty na vlastní aktivity. Skupiny mladých lidí mohou žádat o grant na podporu vlastního projektu v rámci dvou podprogramů, které nesou název Iniciativy mládeže a Participativní demokracie.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

Ministerstvo je realizátorem státní podpory dětí a mládeže, která je určena pro neziskové organizace trvale pracující s dětmi a mládeží. Ministerstvo vedle toho vyhlašuje zvláštní jednorázové dotační programy související například s nadnárodními akcemi. Přehled grantů ministerstvo zveřejňuje na <http://www.msmt.cz> -> v sekci Mládež -> Dotace/granty.

Nadace rozvoje občanské společnosti

Organizace zajišťuje ve spolupráci s partnerem z komerční sféry program *Make a Connection* – Připoj se, který je zaměřený na pozitivní rozvoj mladých lidí. V rámci programu mohou lidé od 16 do 26 let získat grant až ve výši 30 000 Kč na aktivity různého druhu se sociální, kulturní či sportovní tematikou. Mladí lidé se ho mohou zúčastnit pouze jako dobrovolníci a měli by do něj zapojit širší komunitu. Program se vypisuje jednou za rok a více informací o něm se dozvíte na <http://www.pripojse.cz>.

Nadace Vodafone

Nadace realizuje program Vpohybu, jehož cílem je rozvoj kreativity mladých lidí a podpora jejich aktivní účasti na veřejném dění. O dotaci může požádat skupina či sdružení mladých lidí do 26 (respektive 30) let, kteří chtějí neobvyklým a inspirativním způsobem přispět k rozvoji vlastní komunity na území ČR. Projekt se může věnovat různorodým tématům – od kultury, sportu a ekologie až po vědu a sociální integraci. Další informace jsou dostupné na <http://www.nadacevodafone.cz>.

Nadace 02

Nadace poskytuje granty neziskovým organizacím, které se zaměřují na podporu znevýhodněných dětí a mládeže a aktivního využití volného času. Organizace mohou žádat o podporu v rámci grantového programu, a pokud v něm uspějí dvakrát v řadě, mají možnost zúčastnit se řízení na dlouhodobou podporu. Více informací obdržíte na <http://www.nadaceo2.cz>.

Participativní demokracie

Díky tomuto programu může sdružení, organizace nebo neformální skupina mladých lidí ve věku 13 až 30 let požádat o grant na projekt, který bude podporovat aktivní účast mladých lidí ve veřejném životě. Příkladem může být projekt informačního média, ve kterém budou mladí lidé referovat o veřejném dění, či mládežnického parlamentu, ve kterém mladí lidé diskutují o veřejných problémech a snaží se najít jejich řešení. Akce může mít i mezinárodní dosah, skupiny mladých lidí ze sousedních zemí tak mohou například společně pracovat na zlepšení oboustranných vztahů a přispět ke vzájemnému dialogu.

Pokud byste chtěli jeden z podobných projektů uspořádat a schází vám nápady, můžete se nechat inspirovat u jednoho z uskutečněných projektů, které byly podpořeny z programu Mládež v akci. Jejich příklady jsou sepsány v dvoudílné brožuře s názvem ... a kde jsi ty?, která je volně ke stažení na stránkách <http://www.mladezvakci.cz> -> v sekci Dokumenty -> Publikace.

Další informace o programu a kontakty na pracovníky, kteří vám poskytnou rady k projektům, najdete na stránkách Národní agentury Mládež, která spravuje program Mládež v akci v ČR – <http://www.mladezvakci.cz>.

Grantové příležitosti na rozvoj a volnočasové aktivity mládeže jednorázového nebo dlouhodobého charakteru vypisují i další instituce. Jejich databázi je možné nalézt na <http://www.neziskovky.cz> v části Databáze finančních zdrojů a na <http://nno.ecn.cz> -> v sekci Informační servis pro NNO -> Fundraising.

Příklad úspěšného projektu mladých – Kolem Votic za poznáním

Ve skupině mladých lidí ve středočeském městě Votice uzrál nápad nabídnout návštěvníkům a obyvatelům města alternativu k běžnému způsobu trávení volného času. Rozhodli se vybudovat v okolí Votic naučnou stezku, která seznamuje s turisticky nejzajímavějšími místy regionu. Do projektu zapojili místní ekologickou organizaci, která jim pomohla s vybudováním informačních panelů podél trasy a začlenila ji do svých vzdělávacích programů. Mladí lidé spolupracovali i s místními obyvateli, kteří jim pomohli zajistit odborné konzultace a technické zázemí. Při příležitosti slavnostního otevření navíc mladí lidé z Votic uspořádali pochod Kolem Votic za poznáním po trase stezky, která začíná na votickém náměstí, vede přes několik obcí a zahrnuje celkem devět naučných zastavení včetně zábavných úkolů pro děti. V projektu, který byl financován programem Mládež v akci v rámci podpory iniciativ mládeže, získali členové týmu zkušenosti s vyjednáváním s majiteli pozemků a zástupci místní samosprávy, naučili se vést a vyúčtovat projekt a pracovat s katastrálními mapami.

Zdroj: <http://www.mladezvakci.cz>

OBČANSKÁ GRAMOTNOST – aneb úřady veřejné správy a jejich agenda

Během života lidé přicházejí pravidelně do styku s úřady. Jsou hlavním nástrojem státu pro komunikaci s občany – na úřadech si lidé vyřizují osobní doklady, žádají o sociální dávky, registrují své firmy, ohlašují stížnosti na činnost jiných institucí či osob aj. Úřadů existuje velké množství a je důležité vědět, na který z nich se v konkrétním případě obrátit.

Před návštěvou dotyčného úřadu je nutné si zjistit, kde přesně úřad sídlí a kdy má úřední hodiny, ve kterých se můžete dostavit na osobní návštěvu. Tyto informace si můžete ověřit telefonicky nebo na webových stránkách úřadu. Kontakty na úřady veřejné správy naleznete ve Zlatých stránkách nebo na Portálu veřejné správy <http://portal.gov.cz> -> v sekci Adresář.

Většinu byrokratických záležitostí řeší obecní úřady s rozšířenou působností, které nahradily dřívější okresní úřady. Zde si můžete vyřídit osobní doklady, obdržet živnostenské oprávnění, zažádat o některé sociální dávky či zaregistrovat motorové vozidlo. Konkrétními záležitostmi se zabývá vždy příslušný odbor. O sociálních dávkách rozhoduje odbor sociálních věcí a zdravotnictví. Osobní doklady spadají do kompetence odboru správních věcí a žádosti o založení živnosti vyřizují na živnostenském odboru. Mezi další oblasti, kterými se na úřadu s rozšířenou působností zabývají, patří i agenda životního prostředí, dopravy, kultury, územního plánování atd.

Seznámit se s detailní strukturou úřadů můžete na portálu veřejné správy <http://portal.gov.cz> a na stránkách <http://www.statnisprava.cz>. Praktické informace o fungování úřadů najdete také v brožuře Život – praktický průvodce sociálními otázkami, kterou vydal Český helsinský výbor. Volně ke stažení je na stránce <http://www.helcom.cz>.

Osobní doklady

Kam se obrátit pro pomoc při vyřizování osobních dokladů a dalších úředních záležitostí:

Občanské poradny

Poradny hájí zájmy občanů při jednání s úřady veřejné správy. V celé ČR působí celkem 42 občanských poraden. Jejich adresář najdete na stránkách <http://www.obcanskeporadny.cz>.

Poradenské centrum Českého helsinského výboru

Poradna pomáhá zájemcům v oblasti veřejné správy a v mnoha dalších otázkách. Poradenské centrum sídlí na pražské adrese organizace – <http://www.helcom.cz>.

Občanský průkaz

O vydání může osobně požádat občan starší 15 let, nebo tak může učinit prostřednictvím svého zplnomocněného zástupce. S žádostí se lze obrátit na kterýkoliv úřad obce s rozšířenou působností¹⁴ nebo na kterýkoliv matriční úřad. Občanský průkaz si můžete vyzvednout na místě, kde jste o něj žádali, nebo si ho nechat zaslat na jiný úřad obce s rozšířenou působností, kterou jste uvedli v žádosti o vydání.

V současnosti jsou rozšířené dva typy občanského průkazu. Jeden obsahuje strojově čitelnou zónu a k žádosti o jeho vydání stačí připojit pouze jednu fotografii. Průkaz bez strojově čitelných údajů se vydává pouze za výjimečných okolností, kdy je nutné doklad vystavit ve lhůtě kratší než 30 dnů. Takový průkaz platí jen krátkou dobu a k jeho vydání je potřeba předložit dvě fotky.

Cestovní pas

I u cestovních pasů rozlišujeme dva druhy. V prvním typu jsou zaneseny strojově čitelné a biometrické údaje a takový pas slouží po dobu 10 let, u dětí a mladších 10 let platí 5 let. Vyhotoven je ve lhůtě do 30 dnů od podání žádosti. Pokud byste ale na vydání spěchali, můžete požádat o doklad bez strojově čitelných a biometrických dat, který je připraven k vyzvednutí do 15 dnů. Jeho platnost je ovšem omezena na 6 měsíců.

Děti do 10 let dosud nemusely mít vlastní pasy a mohly být pouze zapsány v pasech svých zákonných zástupců. Od července 2011 zapisování do pasu rodičů končí a od poloviny roku 2012 budou muset mít všechny děti včetně novorozenežat vlastní pas. Děti od 11 do 15 let musí použít při cestách do zahraničí vlastní pas již nyní.

Pasy se strojově čitelnými údaji vydávají pouze obecní úřady s rozšířenou působností, u nichž je žadatel přihlášen k trvalému pobytu. O druhou variantu cestovního dokladu (bez strojově čitelných a biometrických údajů) lze naopak požádat na těchto úřadech i mimo místo trvalého pobytu nebo na kterémkoliv matričním úřadě.

Řidičský průkaz

O řidičský průkaz může požádat každý, kdo složil zkoušky odborné způsobilosti v autošколе. Žádost je třeba doručit na oddělení evidence řidičů obecního úřadu s rozšířenou působností osobně nebo v zastoupení na základě plné moci. Průkaz si lze osobně vyzvednout do 20 dnů od podání žádosti.

¹⁴ V Praze tyto instituce zastupují úřady městských částí Prahy 1–22, v Brně a Plzni magistrát.

Kde nahlásit ztrátu průkazu

Občanský průkaz – v případě ztráty nahlaste událost na obecním úřadu s rozšířenou působností v místě trvalého bydliště, při krádeži na oddělení policie v místě, kde k události došlo.

Cestovní pas – na obecním úřadu, který pas vydával, na kterémkoliv matričním úřadu nebo na nejbližším oddělení policie.

Řidičský průkaz – na obecním úřadu s rozšířenou působností podle místa trvalého pobytu.

Jak předejít ztrátě dokladů

- Nenoste všechny doklady pohromadě, noste pouze ty, které nezbytně potřebujete.
- Dávejte si pozor na své věci, запиšte si všechny důležité údaje a všechna telefonní čísla na zvláštní papír.

Co s nalezeným dokladem

Pokud najdete cizí doklad, obraťte se na nejbližší obecní úřad. Můžete také využít schránek důvěry Policie ČR, která následně nalezené věci doručí příslušnému obecnímu úřadu.

- Seznam všech úřadů, na kterých lze požádat o vydání osobních dokladů, naleznete na Portálu veřejné správy <http://portal.gov.cz>.

Trvalý pobyt

Místo trvalého pobytu získává každý při narození podle adresy své matky. Trvalý pobyt, v běžné mluvě často zaměňován za trvalé bydliště, ovšem nemusí nijak souviset se skutečným bydlištěm. Občan se nemusí v místě trvalého pobytu zdržovat, ani si jako místo trvalého pobytu zvolit adresu, na které fakticky pobývá. Trvalý pobyt ani nijak nezakládá nárok na užívání nemovitosti, nezaručuje tedy, že bude mít člověk kde bydlet. Trvalý pobyt je spíše jakousi oficiální adresou pro komunikaci s úřady veřejné správy a jeho smysl je především evidenční:

- Díky trvalému pobytu se člověk stává občanem dotyčné obce.
- Je zapsán v místním seznamu voličů.
- Má nárok zde žádat o sociální dávky.
- Na tuto adresu mu jsou doručovány úřední zásilky.
- Je povinen zde odvádět poplatky za svoz odpadu.
- Obec za něj získává finance do rozpočtu.

Změna trvalého pobytu

Jelikož je logické, aby trvalý pobyt odpovídal místu, kde má člověk rodinu či zaměstnání, od 15 let si občan ČR může místo trvalého pobytu změnit. Musí však doložit na obecním úřadu v místě nového trvalého pobytu, že je oprávněn byt či dům užívat. Postačí k tomu doklad o vlastnictví (výpis z katastru nemovitostí) nebo pronájmu (pronájemní smlouva). U podnájemní smlouvy (uzavírané například na družstevní byt) je třeba k přihlášení na nové adrese i souhlas majitele nemovitosti. Pokud vám zanikne právo užívat nemovitost, kde jste byli doposud hlášeni k trvalému pobytu (například při vypršení nájemní smlouvy), může obecní úřad na návrh vlastníka zrušit tento údaj. Místem vašeho trvalého pobytu se tak stane adresa obecního úřadu.

Místo trvalého pobytu je také možné v případě pobytu v zahraničí kompletně zrušit. Tuto skutečnost je nutné písemně sdělit obecnímu úřadu a také odevzdat občanský průkaz obecnímu úřadu s rozšířenou působností, který tento doklad vydal, nebo matričnímu úřadu podle místa trvalého pobytu.

Bližší informace o postupu při změně trvalého pobytu naleznete na stránkách Ministerstva vnitra <http://www.mvcr.cz> -> v sekci Služby pro veřejnost -> Rady a služby.

Czech POINT

Projekt Czech POINT je jedním z programů české vlády na elektronizaci veřejné správy (e-Government), který má sloužit ke zjednodušení byrokracie¹⁵ mezi občany a úřady. Czech POINT, tedy Český Podací Ověřovací Informační Národní Terminál, soustřeďuje na jednom místě funkce, které byly dříve doménou několika různých úřadů. Je univerzálním místem, které slouží pro ověření listin a vydávání úředních dokumentů různého druhu. Na kontaktním místě služby Czech POINT lze vyřídít například následující dokumenty:

- Výpis z katastru nemovitostí
- Výpis z obchodního rejstříku
- Výpis z živnostenského rejstříku
- Výpis z rejstříku trestů
- Výpis z bodového hodnocení řidiče

Czech POINT také provádí tzv. autorizovanou konverzi dokumentů a listin do elektronické podoby. Dokument v této formě tak má stejnou účinnost jako úředně ověřená kopie. Ukládá se na CD či DVD nebo si ho zákazník může nechat zaslat do Úschovny, tedy do úložiště konvertovaných dokumentů, kde si jej později vyzvedne.

¹⁵ Jako **byrokracie** je označována systematická administrativní činnost, pro kterou je charakteristické hierarchické uspořádání, specializace funkcí a činnost podle pevných pravidel.

Služby Czech POINT lze využít na jednom z kontaktních míst, kterých se v roce 2010 nacházelo v ČR přes 6 tisíc. Typickými místy, kde bývá tato služba dostupná, jsou pobočky pošty a obecní úřady. Kompletní adresář naleznete na stránkách <http://www.czechpoint.cz>

Výpisy z katastru nemovitostí, živnostenského a obchodního rejstříku je přitom možné objednat přes internetový obchod České pošty – <http://eshop.czechpoint.cz>.

Elektronický podpis a datová schránka

Elektronický podpis

Česká republika zavedla v rámci programu eGovernment také dva nové způsoby, které ulehčují komunikaci s úřady. První z nich, elektronický podpis, funguje již od roku 2000 a v širším významu slova za něj lze považovat jakékoliv identifikační údaje autora. Častěji se však tímto pojmem myslí certifikovaný elektronický podpis, který zaručuje autenticitu zprávy a který byl vydán jednou ze státem pověřených institucí (certifikační autoritou).

Elektronický podpis se připojuje k dokumentům speciálním softwarem, který pracuje s privátním šifrovacím klíčem¹⁶. Ověřit autentičnost podpisu může pouze vlastník veřejného klíče – adresát. Elektronický podpis je platný pouze tehdy, když odpovídá obsahu dokumentu, pro který byl vytvořen. Příjemce tak má možnost zkontrolovat, jestli dokument nebyl po odeslání změněn. Elektronický podpis je také nenapodobitelný, používat ho může pouze osoba, která k němu získala oprávnění.

Pomocí elektronického podpisu je možné komunikovat s obcemi, krajskými a městskými úřady, podávat žádosti o sociální dávky na MPSV nebo zasílat příznání k dani. Jednotlivé instituce pro tento účel zřídily elektronické podatelny, které přijímají zprávy s elektronickým podpisem. Některé státní orgány (ČSSZ, ministerstva aj.) přijímají žádosti prostřednictvím podatelny na Portálu veřejné správy <http://portal.gov.cz>.

Elektronický podpis pro komunikaci se státními orgány poskytují tři akreditované instituce:

První certifikační autorita

Společnost má pobočky ve všech krajích ČR, jejich seznam je dostupný na <http://www.ica.cz>.

¹⁶ Nástroj, který převádí dokument do šifrovaného textu a následně ho dešifruje.

Česká pošta

Pro vydání certifikátu k elektronickému podpisu stačí navštívit pobočku se službou Czech POINT – <http://www.postsignum.cz>.

eIdentity

Společnost provozuje 4 registrační místa v Praze – <http://www.eidentity.cz>.

Kromě státem certifikované služby je možné si zřídit vlastní elektronický podpis i u dalších subjektů – např. pro komunikaci s bankou nebo zdravotní pojišťovnou.

Další informace o elektronickém podpisu obdržíte na webu Ministerstva vnitra <http://www.mvcr.cz> -> v sekci eGovernment.

Datové schránky

Od poloviny roku 2009 jsou v provozu také datové schránky, které nahrazují klasické poštovní přihrádky. Využívá je především veřejná správa pro doručování úředních oznámení. Obchodní společnosti získaly schránku automaticky, občané o ni mohou požádat zdarma. Jakmile ovšem firma či občan schránku vlastní, musí si ji pravidelně vybírat. I v případě, že si schránku nekontroluje, považuje se písemnost po 10 dnech za doručenou. Takové situaci lze jednoduše předejít nastavením zasílání e-mailových upozornění na nové zprávy. Schránky lze využít samozřejmě i pro odesílání úředních dokumentů. V takovém případě má zpráva zasílaná z datové schránky stejnou právní účinnost jako klasická písemnost nebo dokument opatřený elektronickým podpisem. Firmy ovšem musí pro odeslání zpráv z datových schránek přiložit elektronický podpis, občané tuto povinnost nemají.

Žádost o datovou schránku je možné podat:

- Osobně – v podatelně Ministerstva vnitra.
- Poštou – žádost musí být opatřena úředně ověřeným podpisem.
- Elektronickou poštou – pro zaslání žádosti e-mailem se vyžaduje ověřený elektronický podpis.
- Na kontaktním místě Czech POINT – k vyřízení stačí občanský průkaz.

Bližší informace o datových schránkách jsou k dispozici na <http://www.datoveschranky.info>. Detaily podává též informační linka 270 005 200.

FINANČNÍ GRAMOTNOST – aneb sám sobě hospodářem

Hospodaření s financemi představuje pro mnoho lidí zásadní životní problém. Nemusí jít pouze o situace, kdy se lidé ocitnou ve finanční tísní. Problém se týká i lidí, kteří nedokážou nakládat s větším obnosem peněz. Jako součást prevence je proto důležité obeznámit se s pojmy a jevy, které s financemi souvisejí. I v případě, že se ocitnete ve velké finanční nouzi, neznamená to, že je nutné propadat panice. Můžete v takových situacích čerpat sociální dávky od státu a obrátit se na poradní organizace, které vám dokážou ukázat východisko z nouze.

Bankovní účet

Pro běžný život se bankovní účet stal již téměř nepostradatelnou věcí. Na účet přichází naprosté většině občanů výplata od zaměstnavatele a dávky od státu, prostřednictvím bankovního převodu se velmi často hradí poplatky za byt, za komerční služby nebo obchodní transakce. Účet v bance slouží také jako bezpečné místo pro ukládání peněz, které se mohou zvláště v případě spořicích účtů časem zhodnotit. Banky ovšem už nenabízejí účty samostatně, ale v balíčku služeb, jehož součástí je většinou internetové bankovníctví, platební karta či různé typy úvěrových služeb.

Běžný bankovní účet

Nejčastějším typem účtu, který slouží k výše popsaným účelům, je běžný bankovní účet. Banky mu dávají různá označení, která jsou však pouze názvy obchodního produktu a která nemají souvislost s jeho funkcemi.

Jak vybírat běžný bankovní účet?

- Nejdříve si ujasněte, k čemu budete účet potřebovat. To platí zvláště v případě, že si budete vybírat z produktových balíčků. Služby v nich obsažené mohou být nabízeny za nižší cenu, než kdybyste si je pořizovali samostatně, měli byste ale zvážit, jestli je všechny využijete.
- Před oslovením první banky, kterou potkáte na cestě, si ověřte, co jednotlivé bankovní instituce nabízejí a jak tato nabídka odpovídá vašim požadavkům. K porovnání účtů můžete využít internetové informační portály <http://www.mesec.cz>, <http://www.penize.cz> nebo <http://www.finance.cz>.
- Nenechte se lákat jednou výhodnou položkou, ale berte v potaz kompletní produkt. Výběry z bankomatu zdarma se nemusí jevit jako přednost, pokud se tato nabídka vztahuje pouze na řídkou síť bankomatů. Stejně tak účet s nízkými poplatky za vedení se nakonec může značně prodražit, pokud budete muset platit vysokou sazbu za převod peněz.

Spořicí účet

Běžné účty jsou úročeny jen velmi nízkým procentem. Nelze tedy čekat, že ukládáním peněz na tento účet zbohatnete. Naopak hrozí, že hodnota vašich peněz

se bude vzhledem k inflaci snižovat. Předejít tomu můžete založením spořicího účtu, na který si budete část svých peněz pravidelně posílat. Ještě vyšší sazbou než spořicí účet bývá úročen termínovaný účet, na který ovšem lze uložit finanční obnos pouze jednorázově na předem stanovenou dobu (například 5 let). Musíte se také smířit s tím, že k těmto penězům budete mít jen velmi omezený přístup. U některých bank nelze z termínovaného účtu vybírat před uplynutím lhůty vůbec, u jiných za smluvní pokutu. Celkově platí, že čím vyšší úrok banka poskytuje, tím menší možnost máte s uloženými penězi nakládat.

Studentský účet

Pokud studujete nebo vám není více než 26 nebo 30 let, můžete využít speciálních bankovních účtů pro studenty a mladé lidi. S různými obměnami je nabízí naprostá většina bank a skrývá se pod nimi běžný bankovní účet za zvýhodněnou cenu. Banky studentům a mladým lidem umožňují zřídit si účet s nízkým nebo nulovým poplatkem za vedení, platební kartu jim vydávají většinou zdarma a bezplatně jim poskytují některé další služby jako internetové bankovníctví, kontokorent¹⁷, hradí jim studentské karty ISIC atd. Jaké konkrétní výhody banky studentům a mladým lidem nabízejí, je možné porovnat na stránkách <http://www.studentskefinance.cz>, <http://www.finance.cz> či <http://www.penize.cz>.

Platební karty

K účtu vám banka nabídne do užívání i platební kartu, se kterou budete moci vybírat peníze z bankomatu, platit v obchodech a v závislosti na typu karty i na internetu. Nejrozšířenějšími jsou debetní karty, u kterých se peníze při platbě nebo výběru z bankomatu odečítají z účtu klienta. Peníze se nejdříve na účtu zablokují a k faktickému odečtení dochází až za určitý čas. Kreditní karty umožňují vlastníkovi nakupovat na úvěr, což je ale samo o sobě nebezpečné. Tyto karty nejsou svázané s běžným, ale s úvěrovým účtem a každá transakce je vlastně čerpání úvěru, který musí být následně v dohodnutém termínu splacen. Je možné se setkat i s nákupními úvěrovými kartami, které mají stejnou funkci jako kreditní, ale jsou vydávány nebankovními institucemi a mají jen úzké možnosti využití.

Sociální podpora

Český stát vyplácí občanům, kteří mají prokazatelné finanční problémy nebo čelí sociálně obtížným událostem, dávky sociální podpory. Dávky mají pomoci předcházet stavům, kdy by se jedinec ocitl v naprosté sociální izolaci. Jejich cílem je také zmírňovat následky sociálně obtížných situací, které společnost a zákon uznává (úmrtí blízké osoby, ztráta zaměstnání apod.). Udělat si jasný přehled o tom, o jaké dávky a za jakých okolností lze žádat, je poměrně obtížné, protože

¹⁷ Možnost čerpat peníze z účtu za sjednaný úrok i v případě, že se na účtu nenachází dostatečná hotovost.

systém sociální podpory se skládá ze čtyř samostatných kategorií (nemocenské a důchodové pojištění, státní sociální podpora a sociální pomoc). Zde si představíme nejčastější typy sociální podpory na několika modelových situacích.

Pokud jste se ocitli v sociální tísní

Pro občany, jejichž momentální příjem je velmi nízký a nepostačuje na pokrytí jejich základních potřeb, jsou určeny zvláštní dávky pomoci v hmotné nouzi. Pro jejich vyplácení se posuzuje příjem všech členů domácnosti podle životního a existenčního minima. Pokud po odečtení nákladů na bydlení příjem osoby nebo rodiny nedosahuje stanovené výše, je možné požádat o *příspěvek na živobytí a doplatek na bydlení*. Pro jejich přiznání je však rozhodující i to, že žadatel si nemůže přivydělat vlastním přičiněním – ať už prací, nebo prodejem majetku. Pokud někdo na tyto dávky nemá nárok, ale ocitl se v situaci, která ohrožuje jeho zdraví, nebo jej postihla mimořádná událost jako živelní pohroma nebo požár, může požádat o *mimořádnou okamžitou pomoc*. Tyto tři dávky vyřizují úřady s rozšířenou působností podle místa trvalého bydliště.

Občané mohou získat podporu na uhrazení nákladů na bydlení i z balíku státní sociální podpory. *Příspěvek na bydlení* se uznává těm, kteří bydlí v místě trvalého bydliště a jejichž výdaje na bydlení přesáhnou třetinu příjmu. Tato částka musí být ale zároveň nižší než státem stanovená hranice výdajů na bydlení, která dosahuje například v Praze pro dvoučlennou rodinu v nájemním bytě necelých 9 200 Kč. O příspěvek na bydlení lze zažádat na příslušném úřadu práce podle místa trvalého bydliště.

Pokud jste přišli o zaměstnání

V případě, že chcete získat podporu v nezaměstnanosti, je nutné se zapsat na úřadu práce. Ten posoudí, zdali vám bude podpora přiznána. Nárok na ni mají pouze ti, kteří za předchozí 3 roky odpracovali alespoň 12 měsíců. Uchazeči, který splňuje požadované podmínky, přísluší v prvních dvou měsících podpora ve výši 65 % průměrného měsíčního čistého výdělku z posledního zaměstnání, další dva měsíce podpůrcí doby 50 % a po zbývajících podpůrcí dobu maximálně do 11 měsíců 45 % průměrného měsíčního čistého výdělku nebo vyměřovacího základu osoby samostatně výdělečně činné. Uchazeči, který nastoupil rekvalifikaci, přísluší 60 % průměrného měsíčního čistého výdělku dosaženého v posledním zaměstnání až do ukončení rekvalifikace.

Pokud uchazeč neměl pro ukončení pracovního poměru vážné důvody (ukončil pracovní poměr sám výpovědí nebo dohodou), je podpora v nezaměstnanosti od 1. ledna 2011 po celou podpůrcí dobu ve výši 45 % jeho čistého průměrného výdělku.

Pokud se vám narodilo dítě

Rodinám s dětmi poskytuje stát řadu sociálních dávek. Před narozením dítěte matka odchází na mateřskou dovolenou a od té doby může čerpat peněžitou pomoc v mateřství. Tato částka se vyplácí z nemocenského pojištění, pro její uznání je proto nutné, aby matka (nebo otec, bude-li o dítě pečovat on) v předcházející době studovala nebo pracovala. Po porodu je rodinám s nízkým příjmem vypláceno porodné. Od 6. měsíce po porodu může matka nebo otec nastoupit na dvou- až čtyřletou rodičovskou dovolenou, během které jim bude stát vyplácet rodičovský příspěvek. Jeho základní sazba je neměnná, konkrétní výše se liší pouze v závislosti na zvolené délce rodičovské dovolené. Pokud má rodina malý příjem, může na každé dítě dostávat ještě měsíční přídavek.

Kompletní přehled sociálních dávek lze najít na stránkách Ministerstva práce a sociálních věcí <http://portal.mpsv.cz> -> v sekci Sociální tematika či na informačním portálu <http://www.finance.cz> -> v sekci Sociální podpora.

Půjčky

Nákup na úvěr se stává čím dál rozšířenější, ačkoliv je spojen s vážným rizikem. Lidé si půjčují už nejen proto, aby si mohli pořídit vlastní bydlení, ale čím dál častěji si na úvěr pořizují i drobné věci, jejichž částka přesáhne hranici několika tisíc korun. S úspěchem se prosazují půjčky na dovolenou nebo na koupi vánočních dárků. Velký podíl na tomto trendu mají i sami obchodníci, kteří takový styl nakupování propagují a kteří pro klienty zavádějí stále nové (a údajně výhodné) typy úvěrů. Úměrně s tím však roste počet lidí, kteří nezvládli splácet všechny své dluhy, byli nuceni si půjčit další peníze na splacení předchozích půjček a dostali se do dluhové pasti. Pak už většinou přichází na řadu nesmlouvavé jednání exekutora, který vás může připravit o všechny majetek, a vy se rázem ocitnete na ulici bez prostředků. Půjčovat si peníze je proto nutné jen s velkou rozvahou a vždy mít na paměti, že čím jednodušší se může vypůjčení peněz zdát, o to více starostí může jejich splacení později přinést.

Typy půjček

Nejvíce lidí v ČR využívá **hypoteční úvěr**, prostřednictvím kterého si lze půjčit peníze na koupi domu, bytu nebo jiné nemovitosti. O hypotéku může požádat každý český občan, neznamená to však, že banky, které mají hypoteční úvěry na starosti, ji schválí každému žadateli. Na hypotéku se půjčuje obnos peněz v řádech statisíců nebo milionů a jeho splacení bývá rozloženo do 5 až 30 let. Banka si proto důkladně ověřuje, nakolik je žadatel o úvěr schopný dluh pravidelně splácet. Roli v jejím rozhodování nehraje pouze výše pravidelného příjmu nebo objekt, který si banka vezme do zástavy, ale i informace osobního charakteru. Pro banku může být zárukou větší solventnosti žadatel se stálým zaměstnáním, rodinou a dětmi než svobodný jedinec, který se vrátil z cest po světě a před krátkým časem si

našel své první zaměstnání na plný úvazek. Před žádostí o hypoteční úvěr je také třeba počítat s tím, že sazba, kterou je půjčka úročena, je neměnná pouze omezenou dobu (například první 3 roky), poté si ji banka může upravovat podle aktuální výše hypotečních úroků na trhu. Hypotéku lze částečně financovat i z výnosů **stavebního spoření**, na které každý rok přispívá stát několika tisíci korun, pokud jeho vlastník ukládá na účet dostatečnou částku.

Populárními jsou i **spotřebitelské úvěry**, díky kterým si zákazník může půjčit peníze na koupi jakéhokoli spotřebního zboží. Tyto menší úvěry poskytují většinou sami obchodníci. Stačí, když zákazník podepíše na místě smlouvu a zaplatí část z ceny zboží. Pokud je splátka rozdělena do dlouhého časového období, může výsledná úroková sazba u tohoto úvěru přesáhnout 20 nebo 30 %. Nižší úrokovou sazbu u spotřebitelských úvěrů nabízejí bankovní společnosti, u nichž je ovšem proces žádosti zdlouhavější a komplikovanější.

Jak se vyhnout dluhům?

- Nakládejte rozumně s penězi. Neinvestujte do drahého zboží, které ve skutečnosti nepotřebujete a které se vám zalíbilo jen na první pohled. Nezapomínejte, že značka a vzhled často tvoří až polovinu ceny.
- Nežijte ze dne na den, ale postupně si spořte. Nikdy nevíte, kdy vás potká dlouhodobé onemocnění nebo kdy přijdete o zaměstnání. Našetřené peníze (alespoň na několik měsíců dopředu) vám výrazně pomohou takové období překlenout.
- Pokud nemáte jinou možnost, pořizujte si na dluh jen to zboží, které vám bude sloužit dlouhodobě a které souvisí se základními potřebami jako péče o zdraví, bydlení apod.
- Před využitím půjčky se detailně informujte o jejích podmínkách. Úroková sazba může představovat jen zlomek celkových nákladů. Poskytovatelé úvěrů si často účtují i poplatky za uzavření smlouvy, za správu úvěru, za vedení účtu atd. K lepší orientaci mezi jednotlivými nabídkami slouží ukazatel RPSN (roční procentní sazba nákladů), který představuje v procentech součet všech nákladů, jež musí zákazník za rok uhradit. Naprostá většina poskytovatelů úvěrů jej musí podle zákona u svých nabídek uvádět.
- Vždy si zjistěte, za jakých podmínek nabízí úvěr banky. Ač vyřízení žádosti trvá déle, za jistých okolností může být půjčka od banky výhodnější.
- Před podpisem smlouvy si zjistěte, jaké pokuty jsou s úvěrem spojeny. Poskytovatelé úvěrů po vás budou chtít peníze navíc, pokud nedodržíte předjednané termíny nebo výše splátek. Výjimkou není ani pokuta za předčasné splacení úvěru.
- Nikdy si nepůjčujte od neoficiálních institucí a od lichvářů. Pokud nebudete mít dost peněz na splácení, nikdy se dále nezadlužujte a obraťte se na poradenská střediska, ve kterých vám vyškolení specialisté pomohou situaci vyřešit.

Kvíz finanční gramotnosti:**1. Chcete si koupit drahou věc. Jak budete postupovat?**

- A – O ničem dlouho nepřemýšlím, jednám impulzivně. Jakmile se mi výrobek zalíbí, koupím si jej.
- B – Zvážím, jestli věc skutečně potřebuji a jestli si ji nechci koupit jen kvůli tomu, že ji mají ostatní.
- C – Věc, kterou jsem chtěl, si nakonec nekoupím, ale abych nebyl zklamaný (-á), utratím peníze v zábavním parku.

2. Váš měsíční příjem je značně nízký. Jak to budete řešit?

- A – Zeptám se kamaráda, který si našel dobře placenou práci, jestli by mi půjčil peníze.
- B – Budu si vést podrobný přehled všech výdajů. Pokud moje příjmy nebudou stačit na pokrytí základních věcí, zkusím si najít brigádu.
- C – Co bude za měsíc, příliš neřeším. Žiju z toho, co zrovna mám. Pokud mi dojdou peníze, půjčím si.

3. U úvěrů se často uvádí hodnota RPSN. Co tato zkratka znamená?

- A – Součet všech nákladů, které zaplatím za poskytnutí úvěru.
- B – Nic důležitého to neznamená.
- C – Částka, kterou je nutné bance měsíčně splácet.

4. O prázdninách si vyděláte větší obnos peněz. Co s nimi uděláte?

- A – Koupím si motorku a budu se na ní projíždět před okny kamarádů.
- B – Zaplatím si týdenní dovolenou. Až se vrátím, budu si hledat jinou brigádu.
- C – Utratím pouze část peněz a zbytek uložím do banky.

5. V běžné řeči se často zaměňuje debetní a kreditní karta. Jaký je mezi nimi rozdíl?

- A – Rozdíl je v tom, že kreditní karty se vydávají lidem s velkou částkou na účtu.
- B – Rozdíl spočívá v měsíčních poplatcích a privilegiích jejich držitelů.
- C – Při platbě debetní kartou platíme vlastními penězi, při používání kreditní karty nakupujeme na úvěr.

6. Představte si, že by nastala situace, kdybyste si museli půjčit peníze. Jak byste si vybírali úvěr?

- A – Dnes půjčuje peníze kdejaká instituce, není proto nutné si lámat hlavu s výběrem. Zavolám na první inzerát, který nabízí půjčku peněz.

B – Zjistím si informace o nabídkách bank. Porovnám celkové náklady na vedení úvěru (RPSN) a zjistím, jestli banka neposkytuje speciální výhody pro studenty.

C – Zajdu do nejbližší banky a zeptám se, jestli by mi půjčili peníze.

7. Na jaké zboží je rozumné si vzít úvěr?

A – Na cokoliv, na co mi zrovna schází peníze.

B – Na vánoční dárek pro partnera.

C – Na věci, z nichž budu mít dlouhodobý užitek a které jsou k životu nezbytné – studium, byt, zdraví atp.

8. Co je to kontokorent?

A – Bankovní služba, která umožňuje klientovi čerpat peníze z účtu i v případě, že na něm nemá dostatečný obnos.

B – Druh pojištění bankovního účtu.

C – Bezplatný bankovní účet pro studenty.

Vyhodnocení kvízu

Za každou správně zodpovězenou otázku si přičtete jeden bod.

Správné odpovědi: 1 B, 2 B, 3 A, 4 C, 5 C, 6 B, 7 C, 8 A.

8 bodů: Gratulujeme! Projevili jste se jako šetrný hospodář, který umí zacházet s penězi a který se vyzná v základních finančních termínech.

7–4 bodů: Některé postupy a termíny dobrého finančního hospodaření vám nejsou úplně cizí, ale měli byste se zamyslet nad každým nákupem, který jste provedli. Máte přehled o všech výdajích? Neutrácíte za zbytečné věci? Snažíte se spořit?

3 body a méně: Měli byste rychle přehodnotit svůj postoj k utrácení. Podle testu vám bohužel schází základní znalosti a návyky finanční gramotnosti, což se může negativně odrazit ve vašem životě. Doporučujeme vám ještě jednou si přečíst tuto kapitolu a začít přemýšlet, jak byste mohli ušetřit.

Odborné rady o tom, jak je možné dluhům předejít a jak s nimi nakládat, si můžete přečíst na stránkách projektu Dluhového poradenství –

<http://dluhy.obcanskeporadny.cz>.

Chcete-li si udělat obrázek o tom, jak hospodaříte s penězi, využijte nástroje na stránkách <http://www.rozumnezadluzeni.cz>, který vám spočítá, jaká je vaše finanční bilance a jestli vám nehrozí nebezpečí finančních problémů.

Kam se obrátit pro bezplatnou radu při finančních problémech a dlužích:

Poradna při finanční tísni – pobočky v Praze, Ostravě a Ústí nad Labem.

<http://www.financnitisen.cz>

Občanské poradny – dluhové poradenství poskytují pobočky v 15 českých a moravských městech.

<http://www.obcanskeporadny.cz>

Právní poradna Exekutorské komory – exekutorské úřady v Praze, Brně a Plzni poskytují bezplatnou právní pomoc týkající se výkonu exekucí.

<http://www.ekcr.cz>

Sdružení obrany spotřebitelů – sdružení poskytuje informace o tom, jak postupovat v případě neseriózního jednání bank a jiných finančních institucí. Na sdružení se můžete obrátit osobně v jedné z 23 poraden, telefonicky nebo přes webové stránky.

<http://www.spotrebitele.info>

Poradna Aperio – nevládní nezisková organizace zřizuje na svých webových stránkách poradnu o záležitostech týkajících se rodičovství a mateřství včetně problematiky sociálních dávek.

<http://www.aperio.cz>

Poradenské centrum Českého helsinského výboru – poradna nevládní neziskové organizace pomáhá lidem řešit finanční problémy, zorientovat se v systému sociálních dávek nebo si najít pracovní uplatnění. Poradna poskytuje osobní konzultace v pražském sídle organizace.

<http://www.helcom.cz>

Právní občanská poradna Dialog – poradna poskytuje v brněnském sídle bezplatné právní konzultace v otázkách sociálního zabezpečení.

<http://www.poradnadialog.cz>

AZ Rodina – na internetovém portálu o rodičovství a výchově dětí je k dispozici právní poradna věnovaná dávkám sociální podpory.

<http://www.azrodina.cz>

BYDLENÍ

Bydlení představuje další zásadní otázku, kterou řeší během svého života většina z nás. Najít takové bydlení, které bude odpovídat našim požadavkům a představám, může být ovšem obtížné. Roli při rozhodování hrají finanční možnosti, lokalita a stav bytu či domu a mnoho dalších faktorů. Při výběru je nutné vzít v potaz i právní aspekty bydlení – jakou smlouvu je výhodné uzavřít a co z jejího podpisu vyplývá. V následující kapitole si proto představíme základní formy nájemních vztahů a shrneme možnosti, kde mohou mladí lidé a studenti bydlení hledat.

Co vás čeká při pronájmu bytu

Pokud si byt nebudete hned kupovat, pravděpodobně jej budete užívat jako nájemce. Uzavřete tedy s majitelem bytu **smlouvu o nájmu**, která by měla popisovat dotýcnou nemovitost, měla by stanovovat výši nájemného a dobu nájmu. Při podpisu smlouvy po vás majitel může vyžadovat kauci, která slouží jako pojistná záloha pro případ, že by bylo nutné za vás uhradit zvláštní výdaje. Může dosahovat výše až tří měsíčních nájmu a majitel ji může použít například na splacení dluhu na nájemném nebo na zaplacení majetkové škody na bytu. Pokud odevzdáte byt po skončení nájmu nepoškozený, majitel vám kauci vrátí v plné výši. Nájem bytu končí tehdy, jakmile vyprší nájemní smlouva nebo se nájemce dohodne s pronajímatelem na jejím ukončení. Smlouvu je možné i jednostranně **vypovědět** a v tom případě začíná běžet začátkem měsíce následujícího po doručení výpovědi minimálně tříměsíční výpovědní lhůta. Nájemník výpověď nemusí zdůvodňovat, zatímco pronajímatel může smlouvu vypovědět jen z důvodu, který připouští zákon. Takovým důvodem může být například hrubé porušování mravů ze strany nájemce nebo situace, kdy majitel chce využít byt pro sebe nebo pro svou rodinu.

Nájem bytu je nutné odlišovat od **podnájmu**, který se uzavírá v případě, že nájemce přenechává byt k užívání další osobě. Vždy je však k tomu potřeba písemný souhlas majitele-pronajímatele bytu. S podnájemem se lze často setkat u družstevních bytů, protože jejich majitelem je podle zákona družstvo a člověk, který ho obývá, má s družstvem uzavřenou nájemní smlouvu. Pokud chce tento byt pronajmout někomu jinému, je nucen s ním sepsat podnájemní smlouvu. K té se nevztahují tak přísná pravidla a jakákoliv ze stran ji může bez udání důvodu kdykoliv vypovědět. Výpovědní lhůta bývá kratší, není-li ale ve smlouvě přesně stanovena, trvá opět tři měsíce.

Mladí lidé volí často **spolubydlení**, při kterém obývá jeden byt (či dům) několik nájemníků a společně se dělí o náklady. Částka, kterou jeden člověk zaplatí na nájemném a bytových službách, je tak ve výsledku mnohem nižší než při pronájmu vlastního bytu. Pro spolubydlení ovšem neplatí žádná pravidla a na konkrétních věcech se musí spolubydlíci většinou dohodnout mezi sebou, protože

spolubydlení není právně zakotveno. Ve skutečnosti se pod ním může skrývat jak nájemní, tak podnájemní vztah.

Jako vysokoškolákovi se vám bude nabízet také možnost bydlení **na kolejích**. Vysoké školy ale nepřidělují lůžko ve studentských ubytovnách každému, nýbrž jen těm, jejichž trvalé bydliště se nachází v určité vzdálenosti od sídla školy. Pro udělení místa na koleji je rozhodující i prospěch studenta, jeho zdravotní stav a celková délka studia v pozdějších ročnících. Žádost se podává nejčastěji koncem letního semestru a nastávající studenti prvních ročníků musejí počítat s tím, že její výsledek se dozví až poté, co se zapíšíou ke studiu (obyčejně koncem září). Kritéria pro přidělení místa na koleji jsou u každé školy různě přísná v závislosti na kapacitě a vytíženosti ubytoven. V některých případech je možné si vybrat konkrétní kolejní budovu a typ pokoje, jindy je student ubytován tam, kde je volné místo. I přestože váháte, zda vám bude lůžko na koleji přiděleno, protože například bydlíte blízko školy, je vhodné žádost podat v každém případě. Nikdy nevíte, do jaké míry jsou koleje školy obsazeny. Stejně tak, pokud neuspějete se svou žádostí první rok, neznamená to, že nemůže být schválena příští rok. Totéž platí samozřejmě i naopak, a to zvláště tehdy, pokud nenasbíráte dostatek kreditů nebo budete mít špatné studijní výsledky. Za jakých konkrétních podmínek škola kolej přiděluje, se dočtete na webových stránkách VŠ, většinou ve speciální sekci věnované sociálním záležitostem studentů. Adresář kolejí je k dispozici na rozcestníku <http://www.firmy.cz> nebo na portálu <http://www.kolej.cz>, který funguje také jako inzertní místo pro výměnu kolejí mezi studenty.

Kde hledat bydlení

Největší aktuální nabídku bydlení najdete na internetových inzertních serverech. Můžete využít všeobecných stránek, na kterých se zveřejňují nabídky na prodej či pronájem všech druhů nemovitostí. Existuje ale také řada stránek, které jsou specializované na mladou klientelu a které se věnují nejčastěji spolubydlení a pronájmu bytů.

Všeobecné portály: <http://www.sreality.cz>, <http://byty.hyperinzerce.cz>, <http://www.bezrealitky.cz>, <http://www.nemovitosti.cz>

Portály specializované na spolubydlení: <http://www.espolubydleni.cz>, <http://www.chcispolubydlici.cz>, <http://www.spolubydlici.cz>, <http://www.kolej.cz>

Pokud sami v hledání bydlení neuspějete nebo na to nemáte dostatek času, můžete využít služeb *realitních kanceláří*, které vám pomohou koupit či pronájem nemovitosti zprostředkovat. Kvalita jejich služeb se však liší a při výběru správné společnosti je nutné dodržet několik zásad.

Jak vybírat realitní kancelář?

- Využijte služeb pouze té kanceláře, která působí na trhu již delší dobu, má zavedené jméno a patřičné zkušenosti. Pod hlavičkou realitní kanceláře vystupuje mnoho jedinců, kteří slibují nedostupné služby.
- Zjistěte si o realitní společnosti co nejvíce informací. Zkuste se přitom zaměřit na zkušenosti jiných klientů.
- Vodítkem pro serióznost může být i členství v Asociaci realitních kanceláří. Každý člen asociace se zavazuje dodržovat etický kodex, absolvovat vzdělávací program a mít pojištění na případnou škodu vyplývající z výkonu profese. Členství si můžete ověřit na stránce <http://www.arkcr.cz>.
- Před uzavřením smlouvy si zprostředkovanou nemovitost vždy důkladně prohlédněte. Realitní kanceláře se snaží nabízené byty a domy prezentovat v co nejlepším světle a v inzerátech uvádí popisy, které bývají často zavádějící.
- Důkladně si přečtěte smlouvu, kterou budete s kanceláří uzavírat. Pokud by po vás realitní společnost vyžadovala nadměrný poplatek nebo by se zdráhala vám vydat již zaplacenou nemovitost, bude se právní odpovědnost posuzovat podle podmínek sjednaných ve smlouvě.

Při hledání bydlení věnujte pozornost i dalším místům, kde se objevují inzeráty. Některé můžete najít na veřejných vývěskách ve škole, knihovně nebo kulturním centru. Velké množství nabídek se zveřejňuje i v denním tisku a ve speciálních inzertních novinách. Zkontrolujte i nástěnky a webové stránky obecních a městských úřadů, kde se vyvěšují nabídky volných obecních bytů, které bývají pronajímány za nižší částky.

Kam se obrátit pro pomoc při problémech s bydlením:

Obecní úřad s rozšířenou působností – každý může na oddělení sociálních služeb úřadu využít bezplatného sociálního poradenství. Úředníci vám pomůžou s nalezením dočasného a finančně dostupného ubytování a poradí vám, jak řešit sociálně nepříznivou situaci a jak jí předcházet. Adresář obecních úřadů naleznete na Portálu veřejné správy <http://portal.gov.cz>.

Občanské poradny – poradny pomáhají řešit problémy spojené s nájemními smlouvami i otázky ohledně postupu pronajímatele a cen služeb. V celé ČR působí celkem 42 občanských poraden. Jejich adresář najdete na stránkách <http://www.obcanskeporadny.cz>.

Poradenské centrum Českého helsinského výboru – poradna v pražském sídle nevládní neziskové organizace nabízí osobní konzultace při hledání ubytování i při řešení právních sporů – <http://www.helcom.cz>.

Právní občanská poradna Dialog – bezplatná právní poradna nevládní neziskové organizace poskytuje konzultace v otázkách nájemních vztahů a dalších věcech souvisejících s bydlením. Poradnu lze kontaktovat na její brněnské adrese <http://www.poradnadialog.cz>.

Sdružení obrany spotřebitelů – v jedné z 23 poraden, na telefonu nebo prostřednictvím webového rozhraní můžete konzultovat s odbornými pracovníky sdružení problém týkající se vašich spotřebitelských práv – od nestandardního jednání realitní kanceláře až po nesrovnalosti ve vyúčtování služeb. Kontakty najdete na webu <http://www.spotrebitele.info>.

Sdružení nájemníků ČR – pokud se stanete členem sdružení a budete platit pravidelné příspěvky, můžete využít konzultačních služeb v poradnách, na telefonní lince nebo prostřednictvím e-mailu. Sdružení poskytuje informace o právech a povinnostech nájemníků a pronajímatelů a radí, jak postupovat v případě jejich vzájemné neshody. Seznam poboček a kontaktů je dostupný na webové stránce <http://www.son.cz>.

AZ Rodina – internetový portál věnovaný rodičovství a výchově dětí nabízí také právní poradnu v oblasti bydlení – <http://www.azrodina.cz>.

Student reality – realitní kancelář, která se zaměřuje na studentskou klientelu a která na svých webových stránkách provozuje bezplatnou právní poradnu – <http://www.studentreality.cz>.

„Spal jsem a snil jsem, že život je krása. Probudil jsem se a zjistil jsem, že to je povinnost.“

Immanuel Kant (1724–1804)

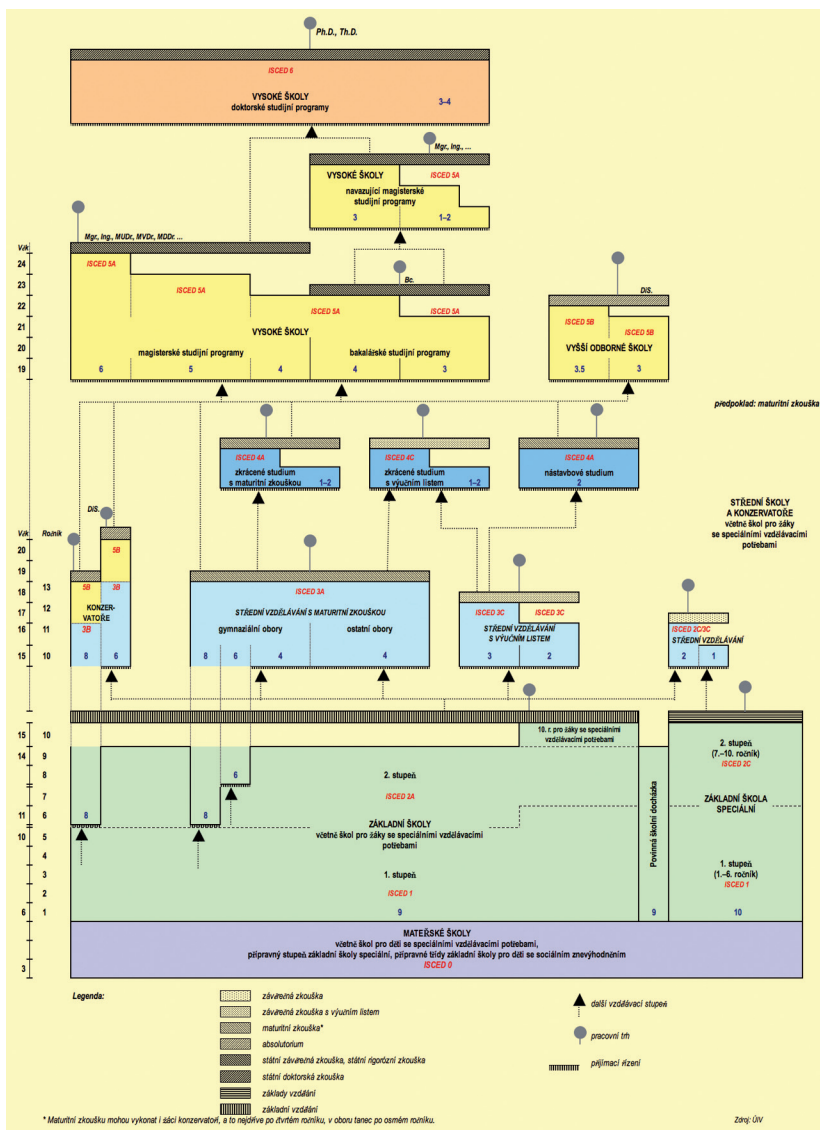
ZÁVĚR

Tato publikace mohla vzniknout díky Ministerstvu školství, mládeže a tělovýchovy ČR, které společně s Národním institutem dětí a mládeže od 1. dubna 2009 realizuje národní projekt s názvem **Klíče pro život – Rozvoj klíčových kompetencí v zájmovém a neformálním vzdělávání**.

Je jedním z výstupů oblasti Podpora informačního systému pro mládež. Dalšími výstupy jsou: databáze I-KATALOGY (<http://ikatalogy.nidm.cz>), internetový časopis REMIX (<http://remix.nicm.cz>), další publikace (ICM v ČR, ICM v EU: <http://www.kliceprozivot.cz> -> v sekci *Podpora informačního systému pro mládež -> Cíle a výstupy -> Publikace*), vzdělávací aktivity, animovaná hra a audio spoty, putovní prezentace vzorového informačního centra pro mládež.

Cílem je zvýšení kvality služeb v informačních centrech pro mládež, dále pak podpora odborného vzdělávání pracovníků pracujících s mládeží na poli cíleného předávání informací pro mladé lidi i veřejnost. Jedním z dalších zamýšlených cílů je vznést návrhy na změny systému či legislativy všude tam, kde se to ukáže jako potřebné.

Příloha č. 1 – Grafické znázornění vzdělávacího systému v ČR



Příloha č. 2 – Přehled vysokoškolských titulů

Vysokoškolské tituly		
Studijní program	Titul	Vydává se v oborech
Bakalářský	Bc.	všech, vyjma lékařských a uměleckých
	BcA.	uměleckých
Magisterský		po získání titulu Mgr. je možné skládat rigorózní zkoušku
	Mgr.	humanitních, přírodovědných, právnických, bezpečnostních, farmaceutických, teologických
	MgA.	uměleckých
	Ing.	technických, lesnických, ekonomických, zemědělských, vojenských
	Ing. arch.	stavebních
	MUDr.	lékařských
	MDDr.	stomatologických
	MVDr.	veterinárních a hygienických
Rigorózní zkouška	JUDr.	právnických
	PhDr.	humanitních, pedagogických, společenských
	RNDr.	přírodovědeckých
	PharmDr.	farmaceutických
	ThLic., ThDr.	teologických
Doktorský	Ph.D.	všech kromě teologických
	Th.D.	teologických

Zdroj: <http://www.msmt.cz>

Příloha č. 3 – Europass životopis

			
Europass – životopis		Zde vložte fotografii. Nehodící se řádky vymažte. (viz instrukce)	
Osobní údaje			
Příjmení, Jméno		Příjmení Jméno Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)	
Adresa		Ulice, číslo domu, PSČ, město, stát. Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)	
Telefon	Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)	Mobilní telefon	Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)
Fax	Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)		
E-mail	Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)		
Státní příslušnost	Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)		
Datum narození	Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)		
Pohlaví	Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)		
Požadované zaměstnání / profese	Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)		
Pracovní zkušenosti			
Období	Uveďte samostatnou položku pro každou vykonávanou pozici počínaje nejaktuálnější. Nehodící se řádky vymažte. (viz instrukce)		
Povolání nebo vykonávaná funkce			
Hlavní pracovní náplň a oblasti odpovědnosti			

Název / jméno a adresa zaměstnavatele					
Obor činnosti či odvětví					
Vzdělání, odborná příprava a školení					
Období	Uveďte samostatnou položku pro každé absolvované vzdělávání či školení počínaje nejaktuálnějším. Nehodící se řádky vymažte. (viz instrukce)				
Dosažená kvalifikace					
Hlavní předměty / profesní dovednosti					
Název a typ organizace, která poskytla vzdělání, odbornou přípravu či kurz					
Úroveň vzdělání v národní nebo mezinárodní klasifikaci	Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)				
Schopnosti, znalosti a dovednosti					
Mateřský jazyk(y)	Uveďte mateřský jazyk (popř. druhý mateřský jazyk)				
Jiný jazyk(y)					
Sebehodnocení	Porozumění		Mluvení		Psaní
<i>Evropská úroveň (*)</i>	Poslech	Čtení	Ústní interakce	Samostat- ný ústní projev	
Jazyk					

Jazyk									
	(*) Společný evropský referenční rámec pro jazyky								
Sociální schopnosti a dovednosti	Nahrad'te tento text popisem těchto schopností a dovedností a uveďte, kde byly získány. Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)								
Organizační schopnosti a dovednosti	Nahrad'te tento text popisem těchto schopností a dovedností a uveďte, kde byly získány. Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)								
Technické znalosti a dovednosti	Nahrad'te tento text popisem těchto schopností a dovedností a uveďte, kde byly získány. Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)								
Počítačové znalosti a dovednosti	Nahrad'te tento text popisem těchto schopností a dovedností a uveďte, kde byly získány. Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)								
Umělecké schopnosti a dovednosti	Nahrad'te tento text popisem těchto schopností a dovedností a uveďte, kde byly získány. Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)								
Další schopnosti, znalosti a dovednosti	Nahrad'te tento text popisem těchto schopností a dovedností a uveďte, kde byly získány. Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)								
Řidičský průkaz	Uveďte zda vlastníte řidičský průkaz a pokud ano, pro jaké kategorie vozidel. Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)								
Doplňující informace	Zde uveďte všechny další relevantní informace, např. kontaktní osoby, reference, apod. Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)								
Přílohy	Uveďte seznam všech příloh. Vymažte řádek, pokud se nehodí. (viz instrukce)								

Národní institut dětí a mládeže MŠMT

Národní institut dětí a mládeže Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy je odborným zařízením tohoto ministerstva v oblasti státní podpory a ochrany mládeže. Jeho ambicí je stát se českým národním centrem neformálního vzdělávání. **Neformálním vzděláváním** se přitom rozumí jakékoliv systematické výchovné působení kromě školní docházky (to je „formální vzdělávání“) a samotné výchovy v rodině. Pokud jeho nositeli jsou školská zařízení pro zájmové vzdělávání (střediska volného času, školní kluby a družiny), hovoří se zpravidla o *zájmovém vzdělávání*.

Své poslání naplňujeme těmito aktivitami:

- Komplexním projektem rozvoje oblasti neformálního vzdělávání dětí a mládeže (*Klíče pro život*), včetně metodické podpory subjektů působících v této oblasti – zejména středisek volného času, školních družin a klubů a nestátních neziskových organizací dětí a mládeže či pracujících s dětmi a mládeží v jejich volném čase.
- Vzděláváním pedagogických pracovníků školských zařízení pro zájmové vzdělávání, odbornou přípravou pracovníků s dětmi a mládeží.
- Výzkumem v oblasti volného času dětí a mládeže, spoluprací při tvorbě koncepčních materiálů a právních předpisů pro oblast neformálního vzdělávání a poskytováním informací z těchto oblastí.
- Podporou práce s talentovanými dětmi a mládeží, včetně metodické, koordináční a konzultační činnosti.
- Aktivitami Národního informačního centra pro mládež v oblasti sběru, třídění a distribuce informací pro mládež i podílem na činnosti mezinárodních organizací zabývajících se touto problematikou.
- Implementací evropských programů v oblasti neformálního vzdělávání a v oblasti volného času dětí a mládeže, zejména programu *Mládež v akci*, jehož jsme v ČR koordinátory, a rozvojem zahraniční spolupráce.

Naše internetové stránky:

www.nidm.cz, www.nicm.cz, www.kliceprozivot.cz, www.mladezvakci.cz,
www.eurodesk.cz, www.neformalniivzdelavani.cz, www.vyzkum-mladez.cz

POZNÁMKY

POZNÁMKY

POZNÁMKY

POZNÁMKY

POZNÁMKY

POZNÁMKY

Mít přehled**„Průvodce informačními a poradenskými službami pro mládež v ČR“**

První vydání

Autoři:

Eli Geisslerová, Jana Hodačová, Tomáš Hodač, Jana Julínková,
Barbora Matějčková, Viviana Váňová a kolektiv pracovníků NIDM

Jazyková redakce:

Comunica, a. s.

Grafická úprava:

Comunica, a. s.

Náklad:

4 000 kusů, Praha 2012

Fotografie použité v této publikaci jsou z archivu:

Jany Julínkové, Kamily Sirotné, o. s. KADET, Národního informačního centra pro mládež

Projekt „Klíče pro život – Rozvoj klíčových kompetencí v zájmovém a neformálním vzdělávání“ – oblast Podpora informačního systému pro mládež

www.kliceprozivot.cz, www.nidm.cz, www.icm.cz

Copyright © Národní institut dětí a mládeže Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy

ISBN 978-80-87449-02-8

Klíče pro život



Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy společně s Národním institutem dětí a mládeže od 1. dubna 2009 realizují národní projekt s názvem:

Klíče pro život

– Rozvoj klíčových kompetencí v zájmovém a neformálním vzdělávání.

Hlavními postavami projektu jsou ti, kteří pracují s dětmi a mladými lidmi v rámci jejich volného času v organizacích celé České republiky, jako jsou: střediska volného času (SVČ), školní družiny (ŠD), školní kluby (ŠK) a nestátní neziskové organizace (NNO). Cílem projektu je výrazné posílení celoživotního vzdělávání lidí pracujících s dětmi a mládeží a hlavně zkvalitnění systému podporujícího trvalý a udržitelný rozvoj zájmového a neformálního vzdělávání.

Jednotlivé aktivity projektu jsou řízeny odbornými guaranty, kteří jsou schopni identifikovat přednosti i problémy práce v oblasti zájmového a neformálního vzdělávání a iniciovat pozitivní změny.

Seznam oblastí, kterými se projekt Klíče pro život zabývá:

- VÝZKUMY
- STANDARDIZACE ORGANIZACÍ NEFORMÁLNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ
- SYSTÉM VZDĚLÁVÁNÍ

1. Studium pedagogiky volného času

2. Průběžné vzdělávání

Průřezová témata: výchova k dobrovolnictví, participace a informovanost, výchova k aktivnímu občanství, zdravé klima v zájmovém a neformálním vzdělávání, inkluze dětí se speciálními vzdělávacími potřebami, multikulturní výchova, medializace a mediální výchova

3. Funkční vzdělávání

- UZNÁVÁNÍ NEFORMÁLNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ
- PODPORA INFORMAČNÍHO SYSTÉMU PRO MLÁDEŽ

Cílem realizátorů Klíčů pro život je mj. popularizovat a celkově zvýšit povědomí veřejnosti o systémové odborné práci s dětmi a mládeží v jejich volném čase.

**TENTO PROJEKT JE SPOLUFINANCOVÁN EVROPSKÝM SOCIÁLNÍM FONDEM
A STÁTNÍM ROZPOČTEM ČESKÉ REPUBLIKY**



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ



NiCM

Informační centra pro mládež v ČR

Místa, která anonymně a bezplatně
poskytují nestranné informace.

- ❶ Vzdělávání ❶ Práce ❶ Cestování
- ❶ Volný čas ❶ Sociálně patologické jevy
- ❶ Občan a společnost ❶ Mládež a EU

Hledáte ICM ve vašem okolí? Zkuste www.icm.cz/vseemesto.
Nemáte je? Můžete je založit sami. Napište nám na info@nicm.cz.
Rádi vám pomůžeme.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ