

# **ZPRAVODAJ**



**Prosinec 2022**

## Novinky od roku 2023: MPSV přináší kompletní souhrn

Se začátkem roku 2023 vejde v platnost řada legislativních novinek z gesce MPSV, které se týkají státní sociální podpory, pomoci v hmotné nouzi nebo například důchodů. Změny se připravují také v oblasti zaměstnanosti. Klíčová bude zejména další úprava příspěvku na bydlení, zvýšení minimální mzdy nebo zefektivnění lékařské posudkové služby.

*„Končící rok 2022 přinesl pro MPSV velké množství výzev, kterým resort musel čelit. Zaměřili jsme se zejména na pomoc českým občanům v energetické krizi, intenzivně také řešíme uprchlickou krizi způsobenou ruskou válkou na Ukrajině. Hlavním trendem je však podpora rodin a výrazná digitalizace našich agend. To přináší celou řadu legislativních změn a mohu říct, že MPSV v této souvislosti odvedlo velký kus práce. K začátku prosince bylo ve Sbírce zákonů vydáno 44 právních předpisů z naší gesce. A na mnoha dalších intenzivně pracujeme i nadále,“* přiblížil ministr práce a sociálních věcí Marian Jurečka (KDU-ČSL).

MPSV přináší přehled novinek, které přijdou s rokem 2023 a týkají se občanů. Změny pro zaměstnavatele jsou [souhrnně k dispozici zde](#).

V roce 2023 bude vyhlášeno opět několik výzev, jejichž prostřednictvím je možné získat dotace z evropských prostředků na programy v sociální oblasti. Jejich přehled lze najít [na webu Evropského sociálního fondu](#).

### Státní sociální podpora

#### Zvýšení přídatku na dítě

Přídavky na dítě se navyšují o 200 Kč ve všech věkových kategoriích a v obou výměrách. Cílem je posílení finanční podpory rodin s dětmi s příjmem do 3,4násobku životního minima. Další informace najdete [v samostatné tiskové zprávě](#).

O přídavku na dítě lze od léta požádat také online prostřednictvím [nového formuláře](#).

*Účinnost: 1. ledna 2023 (schváleno Senátem 14. 12. 2022)*

#### Sjednocení podmínek pro příspěvek na bydlení

Jednou z nejdůležitějších dávek, které rodinám i seniorům nyní pomáhají s rostoucími náklady, je příspěvek na bydlení. V minulých měsících se několikrát zvyšovaly normativy, naposledy mimořádně od října. Výrazně se zjednodušila administrativa.

Od ledna tento příspěvek projde podle návrhu MPSV několika změnami. Úprava se týká především tzv. normativních nákladů na bydlení, z nichž se nárok na dávku i její výše odvozují. Z dostupných analýz totiž vyplývá, že některé domácnosti naráží na strop normativů častěji, než jiné (např. jedno a dvoučlenné domácnosti). Podrobnosti se můžete dočíst [na webu MPSV](#), kde najdete i [nový online formulář](#).

*Účinnost: 1. ledna 2023 (schváleno Senátem 14. 12. 2022)*

### **Zvýšení životního a existenčního minima**

Částky životního a existenčního minima se navýší o 5,2 %. Cílem je rozšíření okruhu oprávněných osob pro dávky státní sociální podpory a pomoci v hmotné nouzi i navýšení těchto dávek.

Existenční minimum osoby bude měsíčně 3 130 Kč, životní minimum jednotlivce bude měsíčně 4 860 Kč. Částka životního minima osoby, která je posuzována jako první v pořadí, se zvýší na 4 470 Kč měsíčně. Částka životního minima osoby, která je posuzována jako druhá nebo další v pořadí, bude činit měsíčně:

- 4 040 Kč u osoby od 15 let věku, která není nezaopatřeným dítětem,
- 3 490 Kč u nezaopatřeného dítěte od 15 do 26 let věku,
- 3 050 Kč u nezaopatřeného dítěte od 6 do 15 let věku,
- 2 480 Kč u nezaopatřeného dítěte do 6 let věku.

*Účinnost: 1. ledna 2023*

### **Rozšíření nároku na pohřebné**

Nárok na pohřebné nově vzniká i osobě, která vypravila pohřeb plodu po potratu nebo po umělém přerušení těhotenství ze zdravotních důvodů. Další informace ohledně pohřebného jsou k [dispozici zde](#).

*Účinnost: 1. prosince 2022*

### **Dávky hmotné nouze**

#### **Úprava zápočtu příjmů studentů pro účely dávek pomoci v hmotné nouzi**

Navrhovaná úprava, obdobně jako u dávek státní sociální podpory, sjednotí přístup v zápočtu příjmů studentů také pro účely vyhodnocení nároku na dávky pomoci v hmotné nouzi. Do započitatelných příjmů se nově nebudou zahrnovat příjmy za práci žáků a studentů z praktického vyučování a praktické přípravy, příjmy ze závislé činnosti, jedná-li se o příjmy nezaopatřeného dítěte, které se soustavně připravuje na budoucí povolání na střední škole a příjmy ze samostatné výdělečné činnosti nezaopatřených dětí v průběhu prázdninových měsíců.

Smyslem je předejít situacím, kdy zejména ve vyloučených lokalitách může docházet k tomu, že děti předčasně ukončují studium, aby jejich rodinám nebyly snižovány dávky pomoci v hmotné nouzi proto, že nezaopatřené dítě získá příjem z brigády nebo praktické výuky. Nová úprava by měla rovněž motivovat nezaopatřené děti k legálnímu přivýdělku v době, kdy nechodí do školy.

*Účinnost: 1. ledna 2023 (schváleno Senátem 14. 12. 2022)*

### **Pomoc osobám se zdravotním postižením**

#### **Zvýšení příspěvku na mobilitu**

Příspěvek na mobilitu se zvýší z nyníšších 550 na 900 Kč měsíčně. Tato částka bude vyplacena automaticky, není tedy třeba o nic žádat. Zvýšený příspěvek na mobilitu lidé dostali poprvé v prosinci 2022. Ti, kdo využívají zdravotnické prostředky pro dlouhodobou domácí oxygenoterapii nebo plicní umělou ventilaci, dostanou příspěvek na mobilitu ve výši 2 900 Kč. Tato částka bude vyplácena za prosinec, tedy v lednu 2023.

*Účinnost: 1. prosince 2022*

#### **Zvýšení příspěvku na zvláštní pomůcku: zdvihací/zvedací plošiny**

S ohledem na růst cen se zvyšuje i maximální příspěvek na pořízení svislé zdvihací nebo šikmé zvedací plošiny ze 400 tisíc na 500 tisíc Kč. Tato pomůcka umožní lidem, kteří se bez ní neobejdou, co nejdéle zůstat v domácí péči. Hranice součtu vyplacených příspěvků za 60 kalendářních měsíců se nemění, i nadále činí 800 tisíc Kč.

*Účinnost: 1. prosince 2022*

### **Zefektivnění lékařské posudkové služby**

Dojde k posílení a zrychlení práce lékařské posudkové služby díky zapojení vybraných profesí nelékařských zdravotnických pracovníků. Posuzování invalidity či příspěvku na péči tak bude rychlejší a efektivnější, správnost posudku však bude vždy stvrzena posudkovým lékařem. Cílově by mělo být vytvořeno až 160 systemizovaných míst pro tyto pracovníky.

Další opatření se týkají zefektivnění činnosti, např. stanovení lhůty pro předložení podkladů k posouzení zdravotního stavu či nová forma kontroly dočasné pracovní neschopnosti na základě písemné informace. Více informací je k dispozici [na této stránce](#).

*Účinnost: 1. ledna 2023*

### **Sociální služby a pěstounská péče**

#### **Úhrady poskytovatelům sociálních služeb**

Maximální úhrady se podle novely vyhlášky zvyšují většinou o desetikoruny. V případě klientů, kteří jsou odkázáni na služby v rozsahu více než 80 hodin měsíčně, zůstanou některé úhrady na stejné úrovni jako doposud. Nová vyhláška poskytovatelům kompenzuje rostoucí náklady, se kterými se v poslední době potýkají. Podrobnosti ohledně nové úhradové vyhlášky [najdete zde](#).

*Účinnost: 1. ledna 2023*

#### **Zvýšení úhrady za dětskou skupinu**

Dětské skupiny, jimž stát přispívá na obsazená místa, mohou navýšit částku, kterou platí za péči rodiče dětí. Maximální výše úhrady rodičem se zvyšuje ze 4 000 Kč na 4 720 Kč.

Stát významně podporuje budování dětských skupin a zvýšení jejich kapacit prostřednictvím dotačních titulů. Od roku 2016 přispěl na zřízení a provoz 1444 dětských skupin s celkovou kapacitou 20 tisíc míst. Více se dočtete [v tiskové zprávě](#).

*Účinnost: 1. ledna 2023*

#### **Zvýšení příspěvků pro pěstouny a děti z náhradní rodinné péče**

Příspěvky pro pěstouny a děti z náhradní rodinné péče se zvýšily od října. Příspěvek na úhradu potřeb dítěte vzrostl o 27 %. Jednorázový příspěvek při převzetí dítěte, který nebyl navýšen od roku 2008, vzrostl o 35 %. Zapořovací příspěvek, který pomáhá mladým lidem při odchodu z ústavů, pěstounské nebo poručenské péče, se zvýšil o 15 %. Podrobnosti najdete [v tiskové zprávě](#).

*Účinnost: 1. října 2022*

#### **Příspěvek pro výkon pěstounské péče**

Státní příspěvek pro zřizovatele zařízení, které slouží pro děti vyžadující okamžitou pomoc (ZDVOP), vzroste od ledna z 36 000 Kč na 39 600 Kč měsíčně za každé dítě. V ČR je přitom aktuálně 51 ZDVOP s kapacitou 668 míst. Pobytu v nich bylo okolnostmi donuceno využít v roce 2021 celkem 1 643 dětí.

Vzroste také státní příspěvku na výkon pěstounské péče, a to z nynějších 54 000 Kč na 59 400 Kč za kalendářní rok (4950 měsíčně).

*Účinnost: 1. ledna 2023*

#### **Pojistné na sociální zabezpečení**

V oblasti pojistného na sociální zabezpečení dojde k těmto změnám:

- částka průměrné mzdy pro účely pojistného je 40 324 Kč,
- maximální vyměřovací základ pro placení pojistného činí 1 935 552 Kč,
- rozhodná částka (daňový základ) zakládající účast na důchodovém pojištění OSVČ, která vykonává vedlejší činnost, je 96 777 Kč ročně,
- minimální měsíční základ pro placení záloh na pojistné pro OSVČ vykonávající hlavní činnost je 10 081 Kč – z toho minimální záloha na pojistné činí 2 944 Kč,

- minimální měsíční vyměřovací základ pro OSVČ vykonávající vedlejší výdělečnou činnost je 4 033 Kč – z toho minimální záloha na pojistné činí 1 178 Kč,
- minimální platba pojistného na dobrovolné nemocenské pojištění OSVČ od ledna 2023 činí 168 Kč.

*Účinnost: 1. ledna 2023*

### **Zvýšení sazby pojistného u záchranářů a podnikových hasičů**

Opatření souvisí se snížením důchodového věku zdravotnických záchranářů a podnikových hasičů. Dojde k účasti zaměstnavatelů na financování nákladů na dřívější odchod do důchodu tím, že bude zvýšena sazba pojistného placeného zaměstnavateli na důchodové pojištění. Náběh navýšení bude postupný, v prvním roce účinnosti se zvýší o 2 %, ve druhém o 3 %, ve třetím o 4 % a ve čtvrtém o cílových 5 %. Více najdete [v tiskové zprávě](#).

*Účinnost: 1. ledna 2023*

### **Nemocenské pojištění**

#### **Změna výpočtu nemocenské**

Redukční hranice pro úpravu denního vyměřovacího základu, který slouží pro výpočet výše dávek nemocenského pojištění, se pro rok 2023 zvyšují takto:

- první redukční hranice na 1 345 Kč,
- druhá redukční hranice na 2 017 Kč,
- třetí redukční hranice na 4 033 Kč

Zvyšuje se rozhodný příjem pro účast na nemocenském pojištění z 3 500 Kč na 4 000 Kč.

*Účinnost: 1. ledna 2023*

#### **Nárok na otcovskou poporodní péči při úmrtí dítěte**

Nárok na otcovskou poporodní péči se nově týká otců, jejichž dítě se narodí mrtvé nebo zemře v období 6 týdnů ode dne narození. Novinka má umožnit oběma rodičům, které postihla takto závažná událost, vyrovnávat se společně s touto ztrátou.

Matka má v případě úmrtí dítěte nárok na peněžitou pomoc v mateřství. Psychický stav zpravidla neumožňuje řádný výkon zaměstnání, a proto je důležité zajistit i otci možnost pracovního volna s náhradou ucházejícího příjmu ze zaměstnání.

*Účinnost: 1. prosince 2022*

#### **Plná elektronizace karantény**

Zaměstnavatelé již nebudou přijímat tiskopis „Potvrzení o nařízení karantény“ a předávat jej příslušné OSSZ. Postup při uplatňování nároku na nemocenskou z důvodu nařízené karantény bude shodný, jako je v současnosti při uplatňování nároku na nemocenské z důvodu dočasné pracovní neschopnosti. V zásadě dochází k legalizaci již uplatňovaných postupů zavedených v době pandemie.

*Účinnost: 1. prosince 2022*

#### **Zavedení evidence dohod o provedení práce a zaměstnání malého rozsahu u cizinců s dočasnou ochranou**

Zavádí se nová povinnost pro zaměstnavatele hlásit den nástupu do zaměstnání u zaměstnanců požívajících dočasnou ochrany, kterým pracovněprávní vztah nezaložil účast na nemocenském pojištění. Změny zákona o nemocenském pojištění jsou navrženy v souvislosti s novými povinnostmi pro zaměstnavatele, které stanoví zákon o zaměstnanosti.

*Účinnost: zákon nabude účinnosti dnem následujícím po dni jeho vyhlášení (legislativní proces zatím nebyl ukončen)*

## **Důchodové pojištění**

### **Pravidelná valorizace důchodů**

Výše základní výměry starobního, invalidního, vdovského, vdoveckého a sirotčího důchodu pro rok 2023 se zvyšuje o 140 Kč na 4 040 Kč, procentní výměra se zvyšuje o 5,1 %. Podrobnosti najdete [v tiskové zprávě](#).

Příplatky k důchodu přiznané před 1. lednem 2023 se zvyšují o 5,1 % příplatku, která náleží ke dni, od něhož se příspěvek zvyšuje.

*Účinnost: 1. ledna 2023*

### **Zvýšení starobního důchodu za výchovu dětí (tzv. výchovné)**

Výchovné se týká příjemců starobních důchodů, konkrétně toho z rodičů, kdo převážně pečoval o dítě. Za každé vychované dítě se zvýší důchod o 500 Kč měsíčně.

Cílem je ocenit zásluhy pečujících osob a zároveň paušálně kompenzovat snížení důchodu, které nastalo v důsledku kariérních výkyvů souvisejících s výchovou. Docílí se také snížení statistického rozdílu mezi průměrným starobním důchodem žen a mužů. Více informací je k dispozici [na této stránce](#).

*Účinnost: 1. ledna 2023*

### **Snížený důchodový věk u zdravotnických záchranářů a podnikových hasičů**

Členům výjezdové skupiny, operátorům zdravotnické záchranné služby, záchranářům horské služby a členům podnikových hasičských záchranných sborů bude důchodový věk snížen (podrobné informace najdete [v tiskové zprávě](#)) na základě principu:

- za 4 400 odpracovaných směn se důchodový věk snižuje o 30 měsíců (tj. 2,5 roku) a za každých dalších 74 směn o 1 měsíc, celkem nejvýše o 5 let,
- zápočet směn bude možné provést zpětně od 1. ledna 1993,
- postupný náběh zvýšení pojistného – v prvním roce účinnosti se zvýší o 2 %, ve druhém o 3 %, ve třetím o 4 % a ve čtvrtém o cílových 5 %.

Podrobnější informace se můžete dočíst v tiskové zprávě.

*Účinnost: 1. ledna 2023*

### **Snížení starobních důchodů prominentům komunistického režimu**

Cílem je snížit úroveň hmotného zabezpečení ve stáří u osob, které mají vyšší důchody díky svým minulým vysokým stranickým funkcím. Snížení bude tím větší, čím déle byla daná činnost vykonávána. Výsledný stav by měl představovat především morální satisfakci pro velké množství osob, které byly komunistickým režimem perzekuovány.

Dotčeným osobám se sníží procentních výměra starobního důchodu, a to o jednotnou pevnou částku, která činí 300 Kč za každý i započatý rok výkonu některé z funkcí vymezených v zákoně. Snížení se provede ve většině případů od března 2024. Více najdete [v tiskové zprávě](#).

*Účinnost: 1. ledna 2023*

## **Zaměstnanost**

### **Zvýšení minimální mzdy a zaručené mzdy**

Navýšení minimální mzdy o 1 100 Kč na 17 300 Kč měsíčně (resp. o 7,40 Kč na 103,80 Kč na hodinu), a navýšení nejnižších úrovní zaručené mzdy pro 1. a 8. skupinu prací. Nejnižší úroveň zaručené mzdy pro 2. až 7. skupinu prací se pro rok 2023 ponechají ve stávající výši.

*Účinnost: 1. ledna 2023 (legislativní proces zatím není ukončený)*

## **Ochrana zaměstnanců při platební neschopnosti zaměstnavatele**

Cílem návrhu je terminologická úprava a její navázání na současné národní i unijní instituty insolvenčního práva. Současně je cílem maximální snaha o zamezení zneužívání ochrany zaměstnanců u subjektů, na které byl insolvenční návrh podán zjevně bezdůvodně.

*Účinnost: 1. července 2023*

## **Zavedení slevy na pojistném pro zranitelné skupiny zaměstnanců**

Záměrem je podpora zkrácených úvazků pro osoby nad 55 let, rodiče malých dětí a další. Výše slevy za kalendářní měsíc činí 5 % z úhrnu vyměřovacích základů zaměstnanců, na které může být sleva uplatňována. Další informace najdete [v tiskové zprávě](#).

*Účinnost: 1. února 2023*

---

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

# **Sleva na telekomunikační služby**

Na základě rozhodnutí Českého telekomunikačního úřadu jsou od 1. ledna 2023 povinny 4 společnosti (T-Mobile Czech Republic a.s., Vodafone Czech Republic a.s., O2 Czech Republic a.s. a PODA a.s.) poskytovat službu zvláštních cen. Jedná se o cenové zvýhodnění ve výši maximálně 200 Kč za kalendářní měsíc, které lze čerpat na mobilní či pevný internet, mobilní či pevné hlasové služby, případně na balíček obsahující některou z těchto služeb. Cenové zvýhodnění bude možné využít na všechny těmito společnostmi poskytované služby, tarify a balíčky služeb. Nad rámec této povinnosti musí společnost T-Mobile Czech Republic a.s. umožnit využití cenového zvýhodnění i na alespoň jeden tarif prostřednictvím předplacené karty.

Je na výběru oprávněné osoby, u které z uvedených společností zvolí čerpání cenového zvýhodnění a na kterou ze služeb. Každá oprávněná osoba však může čerpat v rámci kalendářního měsíce toto zvýhodnění pouze jednou. O cenové zvýhodnění mohou žádat zdravotně postižené osoby a osoby s nízkými příjmy.

### Zdravotně postiženými osobami se rozumí:

1. držitel průkazu ZTP z důvodů úplné nebo praktické hluchoty,
2. držitel průkazu ZTP/P,
3. osoba závislá na pomoci jiné fyzické osoby ve stupni II (středně těžká závislost), stupni III (těžká závislost) nebo stupni IV (úplná závislost) nebo, jde-li o nezletilou osobu, spotřebitel, který o ni osobně pečuje, nebo
4. spotřebitel, který vychovává nebo který osobně pečuje o nezletilou osobu, která mu byla svěřena do péče nahrazující péči rodičů na základě rozhodnutí příslušného orgánu a která je držitelem průkazu podle písmene a) nebo b).

### Osobou s nízkými příjmy se rozumí osoba:

1. jejíž započitatelný příjem za uplynulé kalendářní čtvrtletí je nižší než 2,15násobek životního minima, jde-li o jednotlivce, nebo



2. která žije v téže domácnosti s dalšími osobami a součet jejího započitatelného příjmu a započitatelných příjmů těchto osob za uplynulé kalendářní čtvrtletí je nižší než 2,15násobek životního minima osob žijících v této domácnosti.

## POSTUP PRO ZÍSKÁNÍ CENOVÉHO ZVÝHODNĚNÍ

Osoba, která splňuje výše uvedené podmínky, kontaktuje jednoho poskytovatele ze 4 výše uvedených. Při žádosti o cenové zvýhodnění doloží, že je oprávněnou osobou a jakou službu chce čerpat. Zdravotně postižené osoby předloží poskytovateli příslušné doklady (ZTP, ZTP/P), případně oznámení nebo rozhodnutí o přiznání příspěvku na péči nebo rozhodnutí příslušného orgánu o svěřeni dítěte do péče nahrazující péči rodičů (více podrobností viz § 1 odst. 2 nařízení vlády č. 500/2021 Sb.) Osoba s nízkými příjmy předá poskytovateli služby čestné prohlášení.

Vzor čestného prohlášení, včetně postupu pro jeho vyplnění s aktuálními částkami životního minima, zveřejní ČTÚ v tomto týdnu na svých webových stránkách.

---

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

## **Datové schránky budou pro běžné občany dobrovolné, nová povinnost zůstala jen subjektům vedeným v registru osob**

V roce 2023 čeká datové schránky jedna zásadní změna, kterou Ministerstvu vnitra ukládá zákon. Od ledna začne resort vnitra postupně zřizovat datové schránky všem subjektům vedeným v registru osob, tedy živnostníkům, spolkům či nadacím. Běžných občanů se povinnost nakonec netýká. V prvních třech měsících nového roku zřídí Ministerstvo vnitra (MV) na základě zákona o elektronické konverzi dokumentů přibližně 2,2 milionu nových datových schránek. Cca dva miliony z nich budou tvořit OSVČ, které mají IČO (včetně OSVČ s pozastavenou živností), dalších cca 200 tisíc datových schránek získají právnické osoby neobchodního charakteru. Jde např. o spolky, společenství vlastníků bytových jednotek nebo nadace.

Neznamená to však, že tyto subjekty budou mít datovou schránku hned od 1. ledna. K postupnému zřizování dojde od 1. ledna do 31. března 2023, kdy budou noví uživatelé postupně dostávat své přihlašovací údaje. Datovou schránku tedy uživatelům ze zákona zřídí MV, nebude nutné, aby si ji zřizovali sami.

Povinné datové schránky se nakonec nebudou zřizovat běžným občanům, kteří se státem komunikují online přes elektronickou identitu, ale jen subjektům vedeným v registru osob. MV totiž prosadilo, aby pro nepodnikající občany zůstalo zřízení datové schránky dobrovolné.

*„Přes datovou schránku vyřešíte 96 % agend se státem a obcemi online. I proto doporučuji, aby si lidé datovku zřizovali. Běžné občany nebudeme do ničeho nutit a zřízení zůstane dobrovolné. O výhodách datovek ale začneme občany ještě více přesvědčovat,“* uvedl ministr vnitra Vít Rakušan.



Přístupové údaje zašle MV do vlastních rukou nebo do datové schránky fyzické osoby. Datové schránky budou zpřístupněny po prvním přihlášení nebo automaticky po uplynutí lhůty 15 dnů po zřízení v případě, že se uživatel během této doby do nově zřízené schránky podnikající nebo právnické osoby sám nepřihlásí.

Uživatelé budou od té doby dostávat veškerou komunikaci od státu do datové schránky, sami však budou mít stále na výběr, zda státu posílat dokumenty datovou zprávou či klasickou listinnou formou. Odpovědi na nejčastější dotazy k datovým schránkám najdete [zde](#).

Celkem je v tuto chvíli zřízeno přes 1,7 mil. datových schránek, počet občanů, kteří si jen letos dobrovolně zřídili datovou schránku fyzické osoby, je 177 tisíc.

---

**zajímavost ...**

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

## **Rodinní pečující a sázka na home office? Bud'te opatrní.**

Pečující, kteří pracují, často řeší skloubení práce a péče o blízkého přechodem na home office. Tento postup v počátku vnímají jako nejlepší řešení. Je však otázkou, komu a jaký užitek přinese. Časem se totiž nezřídka ukáže, že práce z domova není ideální a pečující není schopen vše dlouhodobě fyzicky a psychicky zvládnout. Vyplývá to ze zkušeností odborníků z organizace A DOMA, která se věnuje problematice pečujících osob.

*„Pečovat přece umí každý, na tom nic není.“ „Je to moje povinnost vůči rodičům.“ „Zatím nepotřebuji žádnou pomoc, vše zvládám.“ „Rodiče stejně do domácnosti nikoho cizího nepustí.“ „Nechci žebrot o příspěvek, je složitě jej vyřídit a určitě nic nedostaneme.“*

To je jen několik z celé řady stereotypů, které ztěžují neformálním pečujícím rozhodnutí, aby již v počátku využili profesionálních služeb. Tím prvním, na koho by se měli pečující obrátit, je zkušený profesionál, který je bude provázet všemi nástrahami domácí péče.

Právě takového odborníka nabízí ve svém programu Rodinný průvodce nezisková organizace A DOMA. Rodinný průvodce provede pečující složitým labyrintem všech možností v systému zdravotních a sociálních služeb, vyhledá pro jejich nemocného vhodná zdravotnická nebo odlehčovací pobytová zařízení a zjišťuje pro pečujícího, zda mají volnou kapacitu. Pečujícím tak

předkládá individuální řešení, která pak mohou sami realizovat nebo častěji využívají dalších odborníků.

Koncept sdílené péče Pečující/rodina – Rodinný průvodce – Multidisciplinární tým se ukazuje jako velmi efektivní varianta s relativně dlouhodobou udržitelností. Rodinný průvodce sleduje společně s odborníky z multidisciplinárního týmu změny, které v systému zdravotních a sociálních služeb nastávají, a upozorňuje na jejich přínos pečující osobu.

Lidé si neuvědomují, že v péči nejde o sprint, ale o maraton. Průměrná doba pečování je asi 7–9 let. Dlouhodobá psychická a fyzická zátěž pečujících si časem vybírá svou daň. Tou je při špatném nastavení pečovatelské role vyčerpání až vyhoření pečujících. Pečující se tak sami často dostanou do systému zdravotního jako příjemci péče.

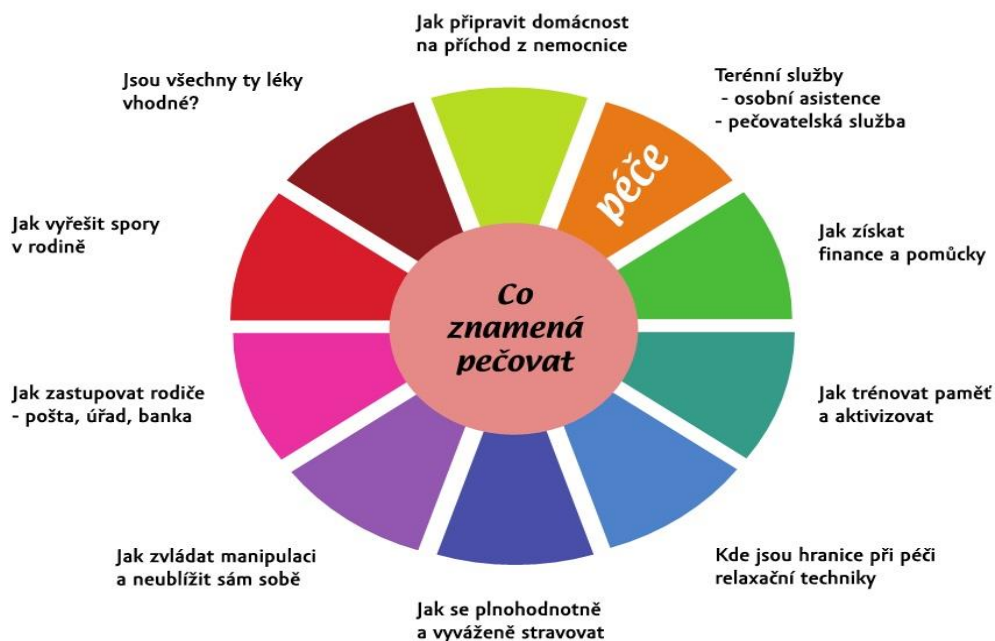
*„Nebezpečné je pro ně také to, že nevěnují pozornost preventivním prohlídkám u lékaře, nechodí na screeningové programy, které ve svém věku mají absolvovat. Nemají čas, protože péči o blízkého předřadili před všechny ostatní činnosti. Do Střediska pro pečující organizace A DOMA přicházejí často až ve fázi frustrace a apatie,“ říká Jitka Zachariášová, ředitelka A DOMA.*

## Rodinný průvodce

Rodinný průvodce je specialista, který se dokáže vcítit do pečujícího nebo rodiny v obtížné situaci a dlouhodobě pomáhá najít řešení v péči o blízkého. Řídí celou situaci a společně s multidisciplinárním týmem předkládá pečujícím nový pohled na řešení nepříznivé situace. Dlouhodobě pracuje s pečujícím formou diagnostiky a koučování až po jeho odpojení.

## O A DOMA

Nezisková organizace [A DOMA, z. s.](#), letos slaví 15 let od svého založení. Poskytuje službu osobní asistence seniorům či lidem se zdravotním a duševním znevýhodněním od 18 let věku. Kromě toho se už od roku 2015 zaměřuje na podporu těch, kteří pečují o své blízké – na rodinné pečující. Podporu jim nabízí v rámci služby Střediska pro pečující a několika projektů.



**Může se hodit...**

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

## **Benefice s Divokými husami**

Nejbližší termín podávání žádostí o granty je 31.1.2023.

### **Program podporuje:**

Princip tohoto programu spočívá ve zdvojnásobování výtěžků benefičních akcí, které sami uspořádáte (např. jarmark, benefiční koncert, divadelní představení, sportovní utkání apod.). Nadace výtěžek z této akce **zdvojnásobí do výše 60 000 Kč.**

Žádost musí být doručena nejpozději dva kalendářní měsíce před 1. dnem měsíce, ve kterém se má dobročinná akce konat. Uzávěrka žádostí probíhá 1 krát za měsíc, vždy k poslednímu dni měsíce. Rozhoduje datum doručení žádosti, nikoliv datum jejího zaslání. Později došlé žádosti budou automaticky vyřazeny.

### **Koho podporuje:**

- Nestátní neziskové organizace či sdružení dobrovolníků (spolek, obecně prospěšná společnost, ústav, církevní právnická osoba) působící v sociální, zdravotní, charitativní a rozvojové oblasti.

Další informace [na stránkách Nadace Divoké husy.](#)

---

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

## **Půjčovna vylepšuje nabídku**

Půjčovna kompenzačních pomůcek Svazu tělesně postižených v České republice z. s. pomůže překlenout dobu potřebnou k vyřízení žádosti o pomůcku přes zdravotní pojišťovnu, nabídne zapůjčení pomůcky během opravy pomůcky, nebo zapůjčí pomůcku na vyzkoušení.

Půjčovna kompenzačních pomůcek Svazu tělesně postižených v České republice z. s. na Praze 8 – Karlín dlouhodobě vychází vstříc osobám se zdravotním postižením a seniorům, kteří potřebují okamžitě používat kompenzační pomůcku (např. invalidní vozík, chodítko, polohovací postel) a nemají ji k dispozici.

Právě pro tyto nenadálé případy je pro vás otevřena naše půjčovna, která vám pomůže překlenout dobu potřebnou k vyřízení žádosti o pomůcku přes zdravotní pojišťovnu, nabídne zapůjčení pomůcky během opravy vaší vlastní pomůcky, nebo vám zapůjčí pomůcku na vyzkoušení. Snažíme se naše služby neustále zlepšovat. Aktuálně jsme například rozšířili nabídku sedáků do vany, od loňského roku platí snížené ceny půjčovného a v nedávné době jsme také zprovoznili nové webové stránky naší půjčovny pomůcek.

Nové stránky půjčovny jsou nyní přehlednější a jsou na nich lépe prezentovány jednotlivé pomůcky. Také jsme na stránky vložili rezervační formulář, abychom zájemcům o pomůcky usnadnili komunikaci s námi. Nové webové stránky najdete na adrese: <https://svaztp.cz/pujcovna-kompenzacnich-pomucek/>, kde se dozvíte podrobnější informace o pomůčkách a postupu jejich zapůjčení.

Půjčovna funguje v pracovních dnech, a to v pondělí, středu a pátek od 8:30 do 12:30 hodin, v úterý a ve čtvrtek od 12:30 do 16:30 hodin. Najdete nás na adrese: Karlínské náměstí 59/12, Praha 8 – Karlín. Kontakt: Hana Pavlová, tel.: 602 647 248, e-mail: [pujcovna@svaztp.cz](mailto:pujcovna@svaztp.cz).

Když se vracíte z nemocnice do domácího ošetřování, když jste utrpěli úraz nebo potřebujete kompenzační pomůcky z jiného důvodu, neváhejte se na nás obrátit, rádi vám pomůžeme a poradíme.

Projekt je realizován s finanční podporou hlavního města Prahy.

---

**Redakční rada:**

**Bc. Daniela Jeníčková, [d.jenickova@arpzpd.cz](mailto:d.jenickova@arpzpd.cz)**

**Vydává Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí v ČR, z.s.**

**Karlínské nám. 12**

**186 03 Praha 8 – Karlín**

**(pro vlastní potřebu)**

**e-mail: [asociace@arpzpd.cz](mailto:asociace@arpzpd.cz) [http:// www.arpzpd.cz](http://www.arpzpd.cz)**