

# ROČENKA SEBEOBHÁJCI

PRAHA A KARLOVARSKÝ KRAJ 2023



# ROČENKA SEBEOBHÁJCI 2023

Praha

---

Karlovarský kraj

---

Fotografie

---

# PRAHA

témata:

Sebeobhájci v číslech

---

Do čeho se zapojili

---

Co sami uspořádali

---

Jaká témata řešili

---

# Sebeobhájci v číslech

Počet sebeobhájců:

**23**

Počet schůzek:

**34**

Počet placených hodin,  
které sebeobhájci odpracovali:

**293**



# Do čeho se Sebeobhájci zapojili

- Byli součástí pracovní skupiny v kanceláři ombudsmana - Veřejného ochránce práv v Brně.
- S českou i německou Europoslankyní mluvili o tématu bydlení.
- Nabídli své příběhy do **Živé knihovny Opim.**





- Dávali informace a připomínky k článkům na [www.umluva.cz](http://www.umluva.cz).
- Martina prezentovala na pražském mezinárodním setkání **Přístupná společnost** s diskuzí o přírodě a sebeobhájcích.



- Sebeobhájci se účastnili demonstrace **Noc důstojnosti**. Richard vystoupil se svým projevem.
- 2x prezentovali ve Skautském institutu. Marek o Islandu s Barvolamem a Filip o cestě po východu Německa, Francii a Monaku.



- Tomáš se jako sebeobhájce zúčastnil **setkání europoslanců a rodičů dětí s Downovým syndromem**.
- V Bruselu mluvil o své zkušenosti s bydlením ve vlastním bytě a o možnosti rozhodovat sám za sebe.





- Podíleli se na uspořádání celostátní **konference Pro změnu 2023** v Brně na téma Práce a vedli na ní workshopy.



- Martina prezentovala sebeobhájce na konferenci **Hear our voices** v Tallinu.



- Absolvovali prevenci nádorových onemocnění (**prsa-koule**).
- Připojili se k Budkování - pomoc ptactvu ve spolupráci s Hnutím Brontosaurus.
- Běželi na **Běhu pro Paměť národa**.
- Měli tři setkání k prezidentským volbám.
- Zúčastnili se výjezdu Rytmusu ve Strašicích.

Olga



**V RYTMU**

**j a r a**

- Zapojili se do 4 setkání „V rytmu...“.  
V březnu 2023 sebeobhájci zahájili spolupráci s prostorem **Olga**.
- Uskutečnila se 2 společná setkání spolu se sebeobhájci z Varů (jedno v Praze, druhé ve Varech).
- Zúčastnili se 2 výletů pro pražské sebeobhájce a kolegy z Rytmusu.

# Co Sebeobhájci sami uspořádali



- Sebeobhájci vedli rozhovory o bydlení s lidmi s mentálním postižením.
- Napsali a poslali dopis politikům o tom, jak zlepšit bydlení pro lidi s mentálním postižením. Jsou to nápady, co mohou ministerstva udělat, aby pro lidi s postižením bylo více bytů.
- Poslali připomínky Ombudsmanovi k Zákonu o podpoře v bydlení, aby do zákona doplnili „osoby se zdravotním a mentálním postižením“. To se podařilo. Ministerstvo napsalo, že přílohu zákona opraví.



- Sebeobhájci vedli Workshop o pomoci přírodě.
- Organizovali dobrovolníky v rámci akce **Uklidme Česko.**
- Organizovali debatu s **Limity jsme my** o tom, kdo je největší znečišťovatel v ČR.
- Promítali studentský dokument o ekologii s názvem **Udržitelný Palacký** (z Jeden svět na školách).

Eva Bajgerová: Cesta z ústavu domů



- **Eva** a Richard natočili filmy o svých příbězích na cestě za svéprávností.
- S Klárou uspořádali workshop pro sebeobhájce na téma svéprávnost a právní jednání.
- Sebeobhájce Filip uspořádal křest cestopisu v Goethe institutu.

# Jaká témata Sebeobhájci řešili

- Aktuální dění - co bylo ve zprávách, co se děje v okolí bydliště a jak to mohou ovlivnit
- Principy sebeobhajování
- Svěprávnost
- Volby prezidenta ČR
- Ochrana přírody



# KARLOVARSKÝ KRAJ

témata:

Sebeobhájci v číslech

---

Do čeho se zapojili

---

Co sami uspořádali

---

Jaká témata řešili

---



# Sebeobhájci v číslech

Počet sebeobhájců:

7

---

Počet schůzek:

23

---

Počet placených hodin,  
které sebeobhájci odpracovali:

64



# Do čeho se Sebeobhájci zapojili

- Dobrovolnictví na festivalu **Jeden Svět** v Sokolově
- **Uklidíme Česko**
- Dotazníku k tématu **European Disability Card**
- Besedy na téma Dobrovolnictví
- Slavnostního otevření **Komunitního a mezigeneračního centra** v Karlových Varech
- Tvoření vánočních přání pro lidi v domovech pro seniory
- Kurzu první pomoci na zdravotnické škole v Chebu
- Do Světového dne arteterapie



# Co Sebeobhájci sami uspořádali

- Besedu s Městskou policií v Sokolově
- Výlet do Plzeňské ZOO
- Besedu na téma „Co se děje s odpady“



# Jaká témata Sebeobhájci řešili

- Aktuální dění - co bylo ve zprávách, co se děje v okolí bydliště a jak to mohou ovlivnit
- Ochrana přírody
- Principy sebeobhajování
- Svěprávnost
- Volby prezidenta ČR



# FOTOGRAFIE





Václav Červenka

---



Richard Bihary

---



Markéta Hnízdilová

---



Monika Fertálová

---



Klára Chalupová

---



Martina Hronová

---



---

Kačka Pavelková



---

Jirka Krutil



---

Vojta Padevět



---

Pavla Březinová



---

Tomáš Drhovský



---

Aleš Vojáček



Karel Hrabě

---



Kristýna

---



Jiřina Hrdová

---



Sára Simerová

---



Jan Korponai

---



Pavla Barabášová

---





Sára Bačková

---



Eva Hrabětová

---



Filip Šiler

---



Sandra Lagronová

---



Tomáš Baxa

---



Anna Doležalová

---

# Kdo jsou Sebeobhájci a co dělají

- Sebeobhájci jsou lidé s postižením, kteří chtějí sami pomáhat.
- Předávat svoje zkušenosti a zasazovat se o zlepšení svého postavení ve společnosti.
- Ukazují veřejnosti, že lidé s postižením mají co nabídnout a proč je důležité jejich hlas slyšet.
- Prosazují práva lidí s postižením.
- Zajímají se o dění kolem sebe.





- Učí se stát si za svým a pomáhají v tom ostatním.
- Mění věci, které se jim nelíbí.
- Všímají si dalších lidí a pomáhají jim.
- Mluví o lidech, jejichž práva jsou porušována a zajímají se o to, jak to změnit.

**Už 30 let pomáháme lidem  
s postižením žít běžný život.**



**Rytmus - od klienta k občanovi, z.ú.**

Londýnská 81, 120 00 Praha

[www.rytmus.org](http://www.rytmus.org)