

# ROČENKA SEBEOBHÁJCŮ

PRAHA, BRNO A KARLOVARSKO 2025



# ROČENKA SEBEOBHÁJCŮ 2025

Praha

**str. 3**

---

Brno

**str. 19**

---

Karlovarsko

**str. 27**

---

# PRAHA

témata:

Sebeobhájci v číslech

---

Do čeho se zapojili

---

Jaká témata řešili

---

# Sebeobhájci v číslech

Počet sebeobhájců:

**26**

---

Počet schůzek:

**32**

---

Počet placených hodin,  
které sebeobhájci odpracovali:

**779,5**



# Sebeobhájci se rozdělili

Od ledna se sebeobhájci nově rozdělili do pěti pracovních skupin, které se schází 1x za 14 dní.

**Každá skupina má jiné zaměření  
a pracuje na daném tématu:**



- Sebeobhajováním proti ústavům, za nezávislý život.
- Aktivní občanství a posílení sociální role člověka s postižením.
- Posílení sebeobhájců v ČR - síťování a sdílení zkušeností pro vytvoření Platformy.
- Propagace sebeobhajování, sebeobhájců, podpora vznikajících skupin.
- Podpora skupině nových sebeobhájců.

# Do čeho se sebeobhájci zapojili



## Prosazování práv a veřejné dění

- Zúčastnili se **Noci důstojnosti** a uctili památku Doroty Šandorové. Pokládali otázky k uzavírání ústavů bývalé ombudsmance Anně Šabatové a poslanci Martinu Dlouhému.
- Podepisovali výzvu za **schválení zákona o bydlení** a motivovali ostatní k zapojení.
- Natáčeli video pro ombudsmana o životě v ústavu a mimo něj.
- **Připravovali se na volby** – učili se, jak fungují a proč jsou důležité.

# Vzdělávání a sdílení zkušeností

- **Přednášeli o sebeobhájcovství** na kurzech (např. Akademie JDI).
- **Vystupovali v podcastech** (Dobro skladem, Na vlnách sociální politiky, Ministerský jednorozec).
- Vedli webináře pro rodiče **„Já to zvládnou!“**.
- Přípravovali prezentace o zkušenostech se sociálními službami a sdíleli je v zařízeních.
- Zapojovali se do vzdělávání pracovníků v sociálních službách.
- Účastnili se **odborných setkání a konferencí**.



# Klientské audity a kvalita služeb

- Realizovali klientské audity v pobytových službách.
- Začali školit nové auditory.



# Komunitní a veřejné akce

- Zúčastnili se **demonstrace na podporu Ukrajiny**.
- **Podpořili Kasárna Karlín** a zapojili se do veřejné akce na jejich podporu.
- Zúčastnili se akce **Den neziskových organizací**.
- Zapojili se do konference **SEBE-KDO? SEBEOBHÁJCE**.
- Zúčastnili se **Běhu pro Paměť národa**.
- Uspořádali setkání **„Pro změnu: Kulaté stoly 2025“** pro více než 50 sebeobhájců z celé ČR.



# Spolupráce a cestování

- Zapojili se do projektu **Erasmus+** (Brusel, Portugalsko) a sdíleli zkušenosti se zahraničními partnery.
- **Navštěvovali další skupiny sebeobhájců** (např. Svitavy, Jindřichův Hradec).
- Přijali návštěvu sebeobhájců z Karlových Varů a podnikli společný výlet.



# Spolupráce a cestování



- Organizovali cestovatelský večer a sdíleli zážitky z cest.
- Zapojili se do dobrovolnické akce **Pražské budkování**.
- Pravidelně se setkávali ve **Večerní škole** a rozvíjeli své dovednosti.

# Osobní rozvoj a úspěchy



- Ukončili první ročník **Vzdělávací akademie Rytmus**.
- Prezentovali **Rytmus na veřejnosti** (např. ve firmě Deloitte).
- **Vydali knihu** (Filip Šiler – Významná města podél toku řeky Ohře).

# FOTOGRAFIE





Sandra Langronová



Anička Doležalová



Pavla Barabášová



Honza Korponai



Tomáš Drhovský



Karel Hrabě



---

Kristýna



---

Marek Švihovec



---

Filip Šiler



---

Vašek Červenka



---

Vojta Padevět



---

Pavla Březinová



Markéta Hnízdilová

---



Martina Hronová

---



Kačka Pavelková

---



Jirka Krutil

---



Eva Hrabětová

---



Klára Chalupová

---



Aleš Vojáček

---



Tomáš Baxa

---



Zbyněk Oplíštil

---



Anna Sádlová

---



Michala Petříková

---



Lucie Janderová

---



Monika Fertálová

---



Eliška Hodinová

---



Jonáš Brožík

---



Karolína Vanišová

---



Lucie Krejčí

---



Sára Bačkovská

---



Richard Bihary

---

# BRNO

témata:

Sebeobhájci v číslech

---

Do čeho se zapojili

---

Jaká témata řešili

---

# Sebeobhájci v číslech

Počet sebeobhájců:

**8**

---

Počet schůzek:

**15**

---

Počet placených hodin, které sebeobhájci odpracovali:

**26,75**



# Do čeho se sebeobhájci zapojili

- Zúčastnili se **Noci důstojnosti v Brně** a uctili památku Doroty Šandorové.
- **Setkání sebeobhájcovských skupin**  
(Akce se zúčastnilo 28 lidí, sebeobhájci ze 3 skupin - Svitavy, Velké opatovice, Praha)
- Propojení s organizací Amnesty international a zapojení Janči jako živé knihy.
- Akce u Ombudsmana s názvem **“Jak být slyšet: ovlivňování veřejných politik lidmi s postižením”**.



# Organizace letních aktivit



- Úklid přírody a opékání buřtů
- Pečujeme o les (dokumentární film a diskuse s odborníky).
- Výlet do okolí Brna
- Rozloučení s létem u grilu

# Kurz pro nové sebeobhájce

- spolulektorky sebeobhájkyňě Jana a Majda
- od října do konce listopadu 2025 (5 setkání)
- 5 účastníků + 2 lektorky (sebeobhájkyňě) + lektor Martin



# Veřejné prezentace sebeobhájců

- Sebeobhájkyň Jana Prezentovala o tom, jak získala vysněné zaměstnání na **škole Kamenomlýnská**.
- Sebeobhájkyň Majda prezentovala o zkušenosti s nácivkem samostatného bydlení v Tréninkovém bytě na **VOŠ Kotlářská**.
- Sebeobhájce Pavel prezentoval o tom, jak získal zaměstnání na **Pedagogické fakultě MU**.
- Prezentace v **DOZP Střelice** a **Dobrý den Kociánko!**



*„Janča s ministrem Hladíkem“.*

# FOTOGRAFIE





Hanka Kabelková

---



Janča Ledvinková

---



Majda Vrbová

---



Michal Dosoudil

---



Radek Zlámal

---



Sam Krajný

---



Verča Čadová

---

Pavel Šmíd

---

# KARLOVARSKÝ KRAJ

témata:

Sebeobhájci v číslech

---

Do čeho se zapojili

---

Jaká témata řešili

---

# Sebeobhájci v číslech

Počet sebeobhájců:

**11**

---

Počet schůzek:

**42**

---

Počet placených hodin, které  
sebeobhájci odpracovali:

**12**



# Do čeho se sebeobhájci zapojili

- Zúčastnili se **Noci důstojnosti v Chebu**. Herbert a Růženka sdíleli své zkušenosti a mluvili o tom, jak chtějí žít.
- **Setkání sebeobhájců** v Praze.
- Zapojili se do **Tulipánového měsíce**.
- Zapojili se do online přednášky **Jak být vidět a slyšet**, kterou pořádala Kancelář veřejného ochránce práv.
- **Připravovali se na volby** a diskutovali o možnostech aktivního zapojení do společnosti.



# Do čeho se sebeobhájci zapojili



- Dobrovolničili při jarní i podzimní **Sběrce potravin**.
- Zúčastnili se **setkání sebeobhájců v Praze a konference sebeobhájců v Hradci Králové**.
- Zúčastnili se **Rodinné míle** a dalších komunitních akcí v regionu.
- Zorganizovali společný **piknik na meandru** v Karlových Varech.
- Absolvovali **kurz první pomoci**.

# Do čeho se sebeobhájci zapojili

- Zúčastnili se online setkání s konzultantkami **Advokačního fóra**.
- Sebeobhájci se zapojili do setkání **Kulaté stoly** v Praze.
- Eva zastupovala skupinu na setkání s pracovníky Ministerstva práce a sociálních věcí k tématu **Akčního plánu transformace pobytových služeb**.
- Šárka poskytla rozhovor pro **Český rozhlas** o právu lidí s postižením na důstojný a samostatný život.
- Navštívili Centrum prevence Městské policie Sokolov a diskutovali o bezpečnosti a prevenci.



# Jaká témata sebeobhájci řešili

- Lidská práva, důstojnost a nezávislý život lidí s postižením.
- Svěprávnost, rozhodování a podpora při samostatném životě.
- Bydlení, komunitní služby a proměna ústavní péče.
- Aktivní občanství, volby a dění ve společnosti.
- Zdraví, bezpečí, finance a každodenní život.

## VOLBY DO KRAJSKÉHO ZASTUPITELSTVA

**V ČR MÁME 14 KRAJŮ. VOLÍME VE 13 KRAJÍCH. V PRAZE NEVOLÍME. V PRAZE VOLÍME PŘI VOLBÁCH DO ZASTUPITELSTVA OBCE. TO BUDE V ROCE 2026.**

**VEZOR HLASOVACÍHO LÍSTKU:**

**HLASOVACÍ LÍSTEK I OBÁLKA MÁ ŠEDOU BARVU**

**20. A 24. ZÁŘÍ**

**PÁTEK 11 - 22 hodin  
SOBOTA 8 - 14 hodin**

**KDE MOHU VOLIT?**  
VOLIT MOHU POUZE V KRAJI, VE KTERÉM MÁM TRVALÝ POBYT.

**JAK VOLIT?**

**PODMÍNKY:** JSEM OBČAN ČESKÉ REPUBLIKY JE MI 18 A VÍCE LET NEMÁM OMEZENÉ VOLEBNÍ PRÁVO

JDU DO MÍSTNOSTI → V MÍSTNOSTI DÁM KOMISI OBČANSKÝ PŘEDKAZ NEBO CESTOVNÍ PRŮKAZ

ZA PLENTOU DÁM DO OBÁLKY HLASOVACÍ LÍSTEK (MŮJMU ZABRÁNOU PŘEKRÝT NE 4 LIDY) → OBÁLKU VHODÍM PŘED KOMISÍ DO VOLEBNÍ URNY

MÁM HOTOVO ✓

### ZASTUPITELSTVO KRAJE

POČET ČLENŮ JE PODLE POČTU OBYVATEL KRAJE.

4 ZASTUPITELÉ  
HEJTMAN  
RADA KRAJE

4 ROKY ZASTUPITELSTVO KRAJE VOLÍME NA 4 ROKY

**CO DĚLÁ ZASTUPITELSTVO?**

- ŘÍDÍ KRAJ
- VYDÁVÁ VYHLÁŠKY
- SCHVALUJE ROZPOČET
- SCHVALUJE PLÁNY NA ROZVOJ CESTOVNÍHO RUCHU
- VOLÍ A ODVOLÁVÁ HEJTMANA

**CO DĚLÁ HEJTMAN?**

- ZASTUPUJE KRAJ
- PODEPISUJE PŘEDPISY
- SVOLÁVÁ A ŘÍDÍ ZASEDÁNÍ

# FOTOGRAFIE



Eva Kožešníková

---



Herbert Zuber

---



Šárka Mazurová

---

Růžena Růžičková

---

Šárka Moravová

---

Marie Benešová

---

# Kdo jsou sebeobhájci a co dělají

- Jsme lidé, co obhajují svá práva. Máme stejná práva jako ostatní.
- Měli bychom se naučit obhajovat svá práva a mluvit o nich.
- Pomáháme si navzájem.
- Poznáváme nové lidi. Jsme tu s někým a nejsme sami doma.
- Zapojujeme se do různých akcí a činností.
- Povídáme si o různých věcech a situacích ze života. Každý máme různé zkušenosti.
- Pomáháme s kurzy, besedami či výlety.
- Prezентujeme na školách, konferencích a dnech pro sociální služby.



**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)