



HRISTE  
JEDNÁNÍ  
SKOLKA  
KANCELÁŘ  
KOČÁREK  
FINANCE

# MÁM PRÁVO NEVOLIT JAK SKLOUBIT RODINU A PRÁCI

LEONA KUPČÍKOVÁ  
MARTINA PŘIBYLOVÁ  
& KOLEKTIV



evropský  
sociální  
fond v ČR EVROPSKÁ UNIE



OPERAČNÍ PROGRAM  
LIDSKÉ ZDROJE  
A ZAMĚSTNANOST

PODPORUJEME  
VAŠI BUDOUCNOST  
[www.esfcr.cz](http://www.esfcr.cz)



KOMUNITNÍ CENTRUM  
**FAZOLE** 



PODPORUJEME  
VAŠI BUDOUCNOST  
[www.esfcr.cz](http://www.esfcr.cz)





Leona Kupčíková  
Martina Příbylová  
a kolektiv

# MÁM PRÁVO NEVOLIT

## **JAK SKLOUBIT RODINU A PRÁCI**

Ústav pro ekopolitiku, o. p. s.

*PhDr. Leona Kupčíková,  
Mgr. Martina Příbylová,  
Marie Koutná a Marie Bubová, DiS.*

## **MÁM PRÁVO NEVOLIT JAK SKLOUBIT RODINU A PRÁCI**

Vydal Ústav pro ekopolitiku, o.p.s.  
Kateřinská 26, 128 00 Praha 2  
tel.: +420 224 826 593  
[www.ekopolitika.cz](http://www.ekopolitika.cz), [www.centrumfazole.cz](http://www.centrumfazole.cz)

Redakce Mgr. Barbora Šafářová  
Grafické zpracování Michal Svoboda

Vydání první.  
Copyright © Ústav pro ekopolitiku, o. p. s.

ISBN 978-80-87099-07-0

<b>Úvod</b>	1
Jak jsou na tom ženy, s nimiž KC Fazole pracuje	3
<b>Příběhy</b>	4
Jasmína	5
Karla	7
Jana	9
Petra	11
Eva	13
Linda	15
Julie	17
<b>Lektoři</b>	19
Dagmar	19
Jarka	21
Věra	22
Míra	22
Alena	23
<b>Představení projektového týmu</b>	24
Ústav pro ekopolitiku, o. p. s.	24
Leontina	24
Komunitní centrum Fazole	25
Martina	26
Majda	27
o. s. Nové Obzory	
– Rodinné a mateřské centrum Kráčmerka	28
Město Bělá nad Radbuzou	28
Maruška	29
<b>Informace o navazujícím projektu</b>	30







# ÚVOD

Právě otvíráte publikaci, v níž bychom Vás rádi seznámili s výsledky dvouleté práce Komunitního centra FAZOLE v Domažlicích (dále jen KC FAZOLE) a jeho partnerských a spolupracujících organizací. Centrum vzniklo v rámci projektu „Mezi rodinou a prací: hledejme cestu pro každého“, který byl financován z prostředků Evropského sociálního fondu prostřednictvím Operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost a státního rozpočtu ČR. Provozovatelem Komunitního centra FAZOLE je Ústav pro ekopolitiku, o. p. s.

## Co je naším cílem?

Cílem činnosti KC FAZOLE je pomáhat zejména ženám znevýhodněným při vstupu na trh práce ve sladování pracovního a rodinného života.

## Komu můžeme pomoci?

Našimi klientkami se mohou stát ženy, které se vracejí po mateřské/rodičovské dovolené zpět do práce, pečují o děti do 15 let nebo o jiného závislého člena rodiny, mají nízkou kvalifikaci, chtějí začít podnikat, ocitly se v předdůchodovém věku bez zaměstnání nebo jsou jinak ohroženy nezaměstnaností. Klienty se mohou stát i muži, pokud jsou samoživitelé, pečují o závislého člena rodiny nebo se vracejí do práce po rodičovské dovolené.

## Jak pomáháme?

Pomáháme komplexní nabídkou služeb, která sestává ze vzdělávacího programu šitého na míru klientce/klientovi, poradenských služeb a tzv. doplňkových služeb.

## Vzdělávací program

Nejprve je na řadě „**Motivační kurz**“, který je povinný pro všechny. Jeho cílem je pomoci klientkám/klientům znovu získat sebevědomí, naučit se základní práci s počítačem, napsat profesní životopis, zorientovat se v problematice pracovních právních vztahů, naučit se, jak úspěch při hledání zaměstnání podpořit dobrým a situaci přiměřeným vystupováním a vzhledem. Součástí kurzu je také lekce ekologické výchovy a šetrného chování k životnímu prostředí.

Po Motivačním kurzu následují **rekvalifikace**. Ty jsou pro všechny volitelné. Patří sem neprofesní rekvalifikace Obsluha osobního počítače a profesní kurzy. Každá klientka/klient si profesní kurz volí podle svých individuálních potřeb. Zde se orientuje na obor, ve kterém se plánuje pracovní uplatnit, v případě počítačového kurzu jde spíše o rozvoj počítačové a informační gramotnosti, která je dnes považována za součást všeobecného vzdělání.

Dosud KC Fazole nabízelo klientkám také možnost účasti v **jazykových kurzech** němčiny a angličtiny. V červnu 2011 začne navazující projekt „Najdi svou cestu do práce, zn. rodiče s dětmi a ženy 50+ vítáme“, kde tyto kurzy již nefigurují, neboť podmínky výzvy pro předkládání žádostí o dotaci zařazení těchto kurzů neumožnily.

## Poradenské služby

Poradenské služby představují pravidelné konzultace s pracovníci KC FAZOLE, jejichž cílem

je průběžně plánovat účast klienta/klientky v jednotlivých kurzech a dalších aktivitách.

Dále nabízíme možnost bezplatných individuálních konzultací s odborníky, zejména s **klinickým psychologem a advokátem**, v případě potřeby i s dalšími. V průběhu činnosti KC FAZOLE se ukázalo, že tyto konzultace mají často kritický význam pro zlepšení individuální situace klientky/klienta v pracovně rodinném kontextu. Často se vyřešením jednoho dlouho neřešeného problému v psychické nebo právní oblasti ostatní problémy „vyřeší samy“.

### Doplňkové služby

Mezi doplňkové služby patří především **hlídání dětí v době vzdělávacích a poradenských aktivit**. Tuto službu zajišťuje pro KC FAZOLE partner o. s. Nové obzory – Rodinné a mateřské centrum KRÁČMERKA. V době, kdy v učebně centra probíhají kurzy nebo konzultace, mají jejich účastníci možnost umístit své děti do dětského koutku KRÁČMERKA. Dosud byly učebna i dětský koutek v jedné budově, v budoucnosti je bude třeba z kapacitních důvodů oddělit, avšak vzdálenost mezi učebnou a dětským koutkem bude do 5 minut chůze. Poskytnutí této služby znamená pro klientelu s malými dětmi často překonání jinak nepřekonatelné bariéry pro účast na kurzech.

K doplňkovým službám také řadíme poskytování **přímé finanční podpory na jízdné, na péči o závislého člena rodiny nebo na individuální hlídání dítěte**, pokud není možné dítě umístit v dětském koutku.

### Klub FAZOLE

Místem, kde se klientky a klienti mají možnost jednou za měsíc neformálně setkávat mezi sebou a s pracovníky centra, je středěční Klub FAZOLE, který je zaměřen vždy na předem připravené téma. Tématy klubu dosud byly prezentace klientek, které prošly rekvalifikacemi, korálkování, příprava závěrečné akce k projektu „Mezi rodinou a prací“, vánoční setkání, atd.

## Kdo je zřizovatelem KC FAZOLE a s kým spolupracujeme?

*Kontakty najdete v kapitole Představení projektového týmu.*

- **Komunitní centrum FAZOLE** v Domažlicích najdete v objektu „Branka“. Zřizovatelem a provozovatelem KC FAZOLE je **Ústav pro ekopolitiku, o. p. s.**
- **o. s. Nové obzory – Rodinné a mateřské centrum KRÁČMERKA**. Partner KC FAZOLE. Zajišťuje hlídání dětí v době vzdělávacích a poradenských aktivit.
- **Město Bělá nad Radbuzou**. Partner KC FAZOLE. Provozuje pobočku KC FAZOLE v prostorách Městského úřadu v Bělé nad Radbuzou a zaměřuje se na klientky a klienty v regionu Bělska.
- **Město Domažlice**. Zveřejňuje informace o činnosti KC FAZOLE v Domažlickém zpravodaji a na webových stránkách města, pronajímá prostor pro činnost KC FAZOLE v Domažlicích.
- **Úřad práce v Domažlicích**. Spolupracuje při práci s klientkami a klienty a při přípravě akcí pro zaměstnavatele v regionu.

Přeji, ať se Vám publikace líbí a těším se třeba na setkání v KC FAZOLE.

*Martina Přibyllová,  
projektová manažerka a vedoucí KC FAZOLE*



# JAK JSOU NA TOM ŽENY, S NIMIŽ KC FAZOLE PRACUJE

Ženy tvoří téměř polovinu všech pracujících, nicméně co se týká vytvoření vhodných podmínek pro harmonizaci zaměstnání a rodinného života, vykazuje Česká republika v této oblasti jistý deficit.

Ženy, které se dosud staly klientkami KC Fazole, zpravidla čelí při vstupu na trh práce kombinaci několika bariér, ke kterým patří: dlouholetý pobyt na mateřské/rodičovské dovolené, nízké vzdělání, nedostatek praxe, nezaměstnanost, předdůchodový věk apod. Tyto problémy se pojí s fyzickou i psychickou únavou, sociální izolací, nejistotou v jednání s lidmi a vnitřními konflikty. Zároveň tyto ženy čelí i negativním očekáváním zaměstnavatelů, mezi které patří větší riziko absence, menší časová flexibilita, nižší pracovní nasazení z důvodů péče o děti. Na ženy starší 50 let je na pracovním trhu nahlíženo stereotypně. Podle výzkumu rozvojového partnerství Třetí kariéra většina zaměstnavatelů, ale i zaměstnanců předpokládá, že ženy i muži po 50 letech věku se hůře učí novým věcem, hůře se adaptují na změny a pracují nižším tempem než lidé mladší.

Klientky často netíží jen jejich pracovní situace, ale i komunikace uvnitř rodiny či opětovné zapojení do života širší společnosti. Klinická psycholožka Vendula Polsterová, která se při svém působení v projektu „Mezi rodinou a prací“ uplynulé dva roky věnovala individuálním psychologickým konzultacím v komunitním centru Fazole, popisuje „typickou“ nově příchozí klientku KC Fazole - matku s dětmi ve věku 0 – 3 let - takto: „*Na první pohled*

*přetážená, unavená. S nedostatkem zdrojů – materiálních i vědomostních, které jí snižují kvalitu života a uplatnění nejen v zaměstnání, ale i mezi lidmi. Přestože některé mají partnerský vztah, cítí se často izolovaně, osaměle. Subdepresivní ladění, pasivita, vnitřní napětí, často narušený vztah k dítětem, což ještě prohlubuje jejich pocity viny....“*

„Typickou“ matku s dětmi ve věku 3 - 15 let popisuje psycholožka takto: „*Často řeší nějaký konflikt, ať již vnitřní nebo rozdílné motivace a potřeby své a blízkých osob (konflikty v partnerských vztazích, s rodiči, s rodiči partnera). Potřebují se zorientovat v situaci, pojmenovat a vystoupit z ní. Uvědomit si své potřeby a pocity (strach ze samoty, finančního tlaku, strach ze změny, deprese)... Často jsou tyto ženy psychicky i finančně závislé na partnerovi a dochází k nějakým formám psychického či fyzického týrání.“*

Klientkami KC Fazole se v rámci projektu „Mezi rodinou a prací“ stalo 65 žen z domazlického regionu. 62 žen úspěšně ukončilo Motivační kurz. Celkem 33 klientek se přihlásilo na profesní kurzy, z toho 8 na Základy podnikání. K 30. dubnu 2011 profesní kurz úspěšně zakončilo 25 klientek, dalších 8 jich v době vydání publikace kurzy navštěvuje. Rekvalifikační Obsluha osobního počítače úspěšně prošlo 30 klientek.

Ke konci ledna 2011 odcházelo z projektu 30 klientek, tj. téměř polovina celkového počtu. K tomuto datu měly zhruba 2/3 těchto žen zaměstnání nebo se připravovaly zahájit provozování vlastní živnosti.

O tom, jak vypadala účast v projektu u některých klientek KC FAZOLE, vypovídá následující kapitola.

Martina Příbylová



# Příběhy

**Čím jste, je to, čím jste byli,  
a čím budete, je to, co děláte teď.**

*Budha*

Rozhovory s klientkami Komunitního centra Fazole proběhly na konci ledna a počátkem února 2011.

Osudy těchto sedmi žen se liší. Z pohledu dneška najdeme v jejich životních příbězích více odlišností než podobností – různý věk, rodinné a domácí zázemí, rozličné představy o životě a očekávání do budoucna. Přestože některé z nich mají dobré vzdělání a většina z nich několikaleté zkušenosti z praxe, všechny se momentálně snaží najít práci. Jsou na cestě za svou vysněnou prací nebo dokonce vlastní živností v oblastech, které je baví. Snaží se tak zároveň s prací najít samy sebe a uskutečnit poměrně zásadní změny vyžadující odhodlání a odvahy.

Projekt těmto ženám umožnil vzdělat se ve vybraném oboru a získat v něm novou kvalifikaci. Nyní domýšlejí a plánují další kroky.

Některé z nich jsou už nyní tak daleko, že na cestě za svou vysněnou živností získávají praxi coby zaměstnankyně jiných organizací s podobným zaměřením. Jiné už dokonce coby začínající živnostnice získávají a budují svoji klientelu – například mezi svými známými, kamarády a příbuznými.

Klientky KC Fazole mluví o navrácení sebevědomí a o motivaci, kterou získaly absolvováním kurzů, nezištnou spoluprací, sdílením zkušeností a podporováním se navzájem. Lektorky a lektori kurzů vysoce hodnotili, jak na sobě klientky pracovaly, otevíraly se novým věcem, lidem a hledaly a nalézaly sebe samé nejen jako mámy, manželky, pracovnice, ale především jako osobnosti.

Posuďte sami, nakolik se pracovní i osobní změny těmto 7 ženám daří.

*Leona Kupčíková*

## „Nenechte své sny uplavat.“

**Řekni mi prosím něco o sobě. Kdy a kde ses narodila? Jaké jsi měla dětství?**

Narodila jsem se před 30 lety na Ukrajině. Mám otce Čecha a matku Ukrajinku, seznámili se v Čechách na vysoké škole, ale to je jejich život.

**Kolik ti bylo let, když jste se přestěhovali do tehdejšího Československa?**

Myslím, že 11 nebo 12 let. Na základní školu jsem chodila na Ukrajině i tady v Čechách, takže jsem taková rozdvojená osobnost. (smích) Chvilí jsme bydleli na Moravě, protože táta pochází z Moravy, a potom jsme se přestěhovali na Domažlicko. Já jsem člověk, který nemá problém se přestěhovat a najít si nové kamarády a ve škole to bylo snadné. Doma jsme vždycky mluvili oběma jazyky, takže jsem neměla problém s češtinou. Základní školu jsem dochodila ve Kdyni a pak jsem začala navštěvovat gymnázium v Domažlicích, ale moc mi to nešlo. Přešla jsem na střední poštovní školu do Plzně, kterou jsem dokončila úspěšně. Ještě jsem si udělala nástavbu poštovní, abych se mohla vyloženě věnovat „vyšší“ pozicím na poště. Na poště jsem

pracovala asi 3 měsíce, ale protože se v té době na poště hodně propouštělo a já jsem byla mladá, svobodná, po škole a bez praxe, šla jsem první. Udělala jsem si rekvalifikační kurz na krupiéra a následujících 10 let jsem pracovala jako krupiéřka na Folmavě.

Teď jsem na mateřské dovolené a nevím, co dál. Práce krupiéřky – noční a víkendy – se s péčí o dítě skloubit nedá. Na poštu bych se sice vždycky mohla vrátit, ale protože nemám žádnou praxi, musela bych začínat od nuly a to bych se svým vzděláním nechtěla. Uvažovala jsem tedy, co by mě bavilo. Vždycky jsem chtěla pracovat s lidmi, nechtěla jsem být sama v kanceláři. Pracovat na poště jako manažerka provozu, jak odpovídá mému vzdělání, by mě nebavilo. To bych radši dělala za přepážkou s lidmi. Krupiéřství mě bavilo, měla jsem vyšší funkci inspektora dohlížeče na hru a pod sebou tým 10 lidí. Měla jsem kontakt s hosty. Nezahazuji možnost se na to místo vrátit, ale nyní je to pro mě na vedlejší koleji.

S kamarádkou a dětmi jsme občas chodily do Komunitního centra Fazole do Kráčmerky. Provozovatelky Fazole mi nabídly účast v prvním kurzu. Říkala jsem si, proč to nezkusit. Udělala



jsem si motivační kurz a rozhodla jsem se udělat si kurzy na masáže, kosmetiku a další ženské zkrášlovací věci. Kurz základních masáží mám hotový, na vlastní náklady jsem si potom dodělala druhý kurz masáží zaměřený na různé metody, protože jenom základy nestačí - lidé chtějí víc. Od března 2010 mám papír, že můžu masírovat a pomalu zkouším, jak to půjde. Doufám, že ano, protože mě to baví. Svoje služby bych chtěla v budoucnosti rozšířit o kosmetiku a případně další služby.

**Co ti dala účast v Komunitním centru Fazole pro další život? Nemyslím jen nové poznatky, ale i kontakt s jinými lidmi, rozvoj osobnosti.**

Hlavně jsem vypadla ze stereotypu s dítětem, vplula jsem zpátky mezi lidi a viděla jsem, že i ostatní lidi mají jiné nebo i větší problémy, a že já neřeším zas tak zásadní problémy. Když jsem slyšela příběhy některých holek, říkala jsem si, že si své problémy беру moc k srdci a moc je řeším. Jsem ráda, že jsem se seznámila s novými lidmi a řekla bych, že jsme se skamarádili. Občas se sejdeme. Člověka to posune o něco dál.

**Jaká je tvoje současná životní situace?**

Chtěla bych rozjet masáže a začít podnikat - masírovat doma, protože máme místnost, kde by to šlo. Ale problém jsou peníze a čas a ani jedno teď nemám. Ale už mám 5 potenciálních zákazníků. Nemůžu to rozjet kvůli dítěti. Jen jeden den v týdnu mám hlídání a tento den masíruju kamarády a známé. Řekla bych, že je to docela dobré, ale je to zatím spíš takový koníček.

**Jaké jsou tvoje plány do budoucna? Jakého ideálního stavu bys chtěla dosáhnout?**

Chtěla bych se víc věnovat masážím, zařídit si místnost, otevřít si živnost, udělat si dobrou reklamu.

**Plánuješ i další kurzy?**

Ano.

**Co bys vzkázala potenciálním klientkám centra Fazole, případně ženám, které uvažují, že by začaly chodit do nějakého komunitního centra?**

Hlavně nenechat všechny své sny a představy na úkor dětí, manžela nebo domácích potřeb a problémů, nenechat své sny plavat. Když má někdo chuť nebo snahu, měl by to uplatnit. Motivační kurz nás hodně podpořil v plnění snů a dodal nám sebevědomí a nové podněty. Není důvod, aby ženský seděly doma. Aby hned neuvadly. Naděje umírá poslední, takže určitě se pokusit udělat aspoň první krok a tady k tomu jsou prostředky, motivace, lidi okolo. Tady to dokážete ovlivnit.

**Jak hodnotíš vaši partu? Jaké jste byly na začátku a jaké na konci?**

Ze začátku jsme byly tiché, zakřiknuté, nejisté a na konci jsme se rozpovídaly. Lidi si často nevěří, vidí jen problémy a nevidí možnosti. Tady je můžete najít. Mílus je nedostatek peněz, času, hlídání dětí a to tady máme. Málokerá ženská něco dokáže, když nemá hlídání dítěte. A ještě člověk dostane typy, zkušenosti, poradí vám. Není to jako jinde, kde jenom slyšíte „peníze, peníze, peníze“. Tady je to za „děkuju“ a to je pro matky s dětmi důležité.

**Jaké je tvoje životní motto?**

Já se snažím nedělat ostatním to, co bych nechtěla, aby dělali mně. To si myslím, že je hodně důležité. Lidi vždycky poznají, když to nemyslíte dobře, a na každého jednou dojde.

*Květen 2011: Dnes má Jasmina za sebou další doplňkové kurzy v oboru masáží a dále se vzdělává. V kurzech nabyté znalosti a dovednosti zatím udržuje a rozvíjí masírováním členů rodiny, přátel a známých a připravuje otevření vlastní živnosti.*

„Jsou chvíle,  
kdy musíte myslet  
sami na sebe.“



### Začneme tvým dětstvím.

Narodila jsem se v březnu 1978 přesně ve 12 hodin odpoledne, byla Velikonoční neděle. Dětství nebylo nic moc. Táta byl dominantní a máma to moc neřešila. Byli jsme psychicky týráni. Sebevědomí mám víceméně na nule. Na základní jsem měla průměrné známky, vyučila jsem se švadlenou. V 16 letech jsem potkala budoucího manžela, ve 22 letech jsem se vdávala, protože jsem čekala první dítě a za 3 roky se mi narodilo druhé dítě. V lednu 2008 po mateřské dovolené jsem nastoupila na půl roku do práce a k 30. červnu jsem dostala výpověď. Od té doby jsem nezaměstnaná.

### Jak ses dozvěděla o komunitním centru Fazole?

V srpnu 2008 nám na Úřadu práce v Domažlicích dali k vyplnění dotazník, jestli bychom měli zájem o případné motivační nebo rekvalifikační kurzy v centru Fazole. Já jsem ho vyplnila a v listopadu 2009 mi přišlo pozvání na Den otevřených dveří centra Fazole. Přišla jsem se podívat a nakonec vyplnila přihlášku. A od té doby navštěvuji akce centra.

Tvoje kolegyně mi říkaly, že s přihlášením váhaly, že se jim nechtělo jít ani na úvodní setkání. Ty jsi neváhala?

Neváhala, protože jsem chtěla zkusit něco nového.

### Co ti dal motivační kurz, který jsi v centru absolvovala?

Dalo mi to hodně. V hodinách psychologie jsem pochopila, jaká jsem, co bych chtěla dělat, co by mě bavilo. Rozšířila jsem si obzory a myslím si, že bych konečně mohla začít dělat to, co mě opravdu baví.

### Člověka nemotivují jen kurzy, ale i lidé, se kterými se na nich potká. Motivovaly tě ostatní ženy, které do Fazole chodí?

Jak se to vezme. Sledovala jsem, jak jsme se během kurzu změnily. Poznaly jsme samy sebe. Pochopily jsme, že i my máme svoji hodnotu, že máme na něco právo. Začaly jsme se, někdo víc někdo míň, prosazovat. To někdy vedlo až k tomu, že nám doma začali říkat, že jsme kariéristky a feministky.

## **Říkala jsi, že jsi pochopila, co chceš dělat. Ty jsi to do té doby nevěděla?**

Věděla jsem, co bych chtěla dělat, ale manžel měl statek, takže jsem žila a pracovala tam a vykašlala jsem se na svoje sny. Ale nebyla jsem v psychické pohodě, rezignovala jsem na svůj vlastní život. Teď díky motivačním kurzům jsem pochopila, že takhle asi ne. Řekla jsem si, tohle nechci. Dost. Rozhodla jsem se odejít od manžela, holky v centru mi pomohly. Teď si v životě plním to, co chci já.

## **Dáváš si do pořádku osobní život. Jak je to teď s tvým pracovním životem?**

Momentálně jsem bez práce, protože potřebuji částečný úvazek. Jsem totiž matka samoživitelka. Nicméně mám za sebou dva kurzy němčiny a rekvalifikaci Pracovník v sociálních službách. Dokončila jsem také rekvalifikační kurz Základy podnikání, učím se znakovou řeč a dělám třetí kurz němčiny. V centru Fazole pomáhám hlídat děti v době motivačních kurzů.

## **Jaké jsou tvé plány do budoucna? Máš nějakou vizi?**

Vizi mám díky kamarádce. Chceme otevřít volnočasové centrum. Kamarádka - kuchařka by vařila a pekla. Já dělám znakovou řeč. Ještě s jednou kolegyní bychom tedy otevřeli kavárničku pro sluchově postižené, která v Domažlicích zatím není. Inspirovali mě v Plzni, kde taková kavárna je. Také bychom měli koutek pro maminy. Jako švadlena bych jim mohla zkrátit kalhoty nebo dělat jiné úpravy oděvů. Chtěla bych nabízet víc služeb dohromady. Třeba i kadeřnické služby, hlídání dětí. Prostě centrum, kde by bylo příjemně, maminky by měly zajištěno hlídání dětí, mohly by si zajít ke kadeřnici, udělat nehty, dát kafe.

## **V jaké je to fázi?**

Zatím je to v rámci představ. Nicméně si myslím, že jsou to aktivity, které by se daly realizovat s podporou evropských fondů. Mám už vyhlédnutý objekt, kde by se centrum dalo vytvořit, sháním jméno majitele. Chci si udělat podnikatelský plán a začít shánět peníze na počáteční aktivity.

## **Chceš na závěr ještě něco dodat?**

Aby si ženský uvědomily, že jsou chvíle, kdy musí myslet samy na sebe.

## **Poslední otázka. Co bys vzkázala ženám, které se rozmyšlí, zda mají začít na sobě pracovat? Zda mají začít navštěvovat nějaké motivační či rekvalifikační kurzy?**

Ať určitě chodí. Seznámí se s jinými lidmi, posílí jim to sebevědomí. Začnou konečně dělat něco, co má smysl. Sebevědomí, poznání nových lidí, získání nových kontaktů a rozšíření obzorů. Určitě nelituji, že jsem do toho šla.

## **Člověk asi zjistí, že ostatní maminky a dlouhodobě nezaměstnaní lidé řeší podobné problémy.**

Určitě. Doma je člověk na svoje problémy příliš sám. Doma na vás nikdo ani nemá čas, protože každý má svoje problémy a ty si řeší. Co je okolo, to je moc nezajímá. I když má člověk okolo sebe hromadu lidí, tak je sám.

*Květen 2011: Od listopadu 2010 do března 2011 získala Karla na částečný úvazek Úřadem práce dotované místo pomocné sekretářky v neziskové organizaci. Od dubna 2011 pracuje na plný úvazek v domově pro seniory jako pečovatelka. I Karle se podařilo získat práci v oblasti rekvalifikace, kterou absolvovala v rámci účasti v projektu „Mezi rodinou a prací“.*



„Do sedmdesáti se budeme pořád něco učit.“



**Řekněte mi na úvod něco o sobě, kdy jste se narodila, jaké jste měla dětství?**

Narodila jsem se v září 1962 v Domažlicích, kde jsem chodila i na základní školu. Vyučila jsem se švadlenou a následně jsem si dodělala oděvní průmyslovku v Praze.

Praha mě natolik uchvátila, že jsem tam zůstala i po studiích. Začala jsem pracovat jako mistrová odborné výchovy na učilišti pro dámské krejčové. Nicméně jsem hledala další uplatnění. Souběžně jsem začala pracovat na zvláštní a praktické škole. Dlouho to ale takhle nešlo. Nakonec jsem se rozhodla pro zvláštní a praktickou školu, kde se mi líbilo víc. Učila jsem pracovní výchovy a rukodělné činnosti. Pracovala jsem i s postiženými dětmi, které jsem třeba doprovázela do léčebny dlouhodobě nemocných. V léčebně tyto děti pomáhaly sestřičkám s obsluhou klientů nebo uklízely, aby se po škole mohly uplatnit v obdobných zařízeních. Učila jsem také rodinnou výchovu a občanskou nauku. V roce 2004 se mi narodila dcera. Nastoupila jsem na mateřskou dovolenou s tím, že pokud budu chtít po mateřské nastoupit zpátky, jsou mi dveře otevřeny. Jenže já jsem nechtěla, aby mé dítě mělo veškeré sociální kontakty s mou rodinou v Domažlicích a přitom žilo v Praze. Nechtěla jsem ho o to ochudit a tak jsem se rozhodla, že se přestěhuju a budu dál žít v Domažlicích. Po mateřské dovolené jsem tu ale nesehnala žádné zaměstnání. Ráda bych dál pracovala ve školství - buď s postiženými dětmi nebo

s dětmi s poruchou chování. Tady je jediná taková možnost - dětský diagnostický ústav a středisko výchovné péče. Tam mi nabídli místo na půl úvazku sociální pracovnice a na půl úvazku vychovatelka, ale práce je na směny. Jednou za týden bych měla práci od 10:00 do 20:00 a mně nemá kdo hlídat dítě - proto jsem to nemohla přijmout.

**Mohla byste mi popsat svoji životní situaci před vstupem do KC Fazole?**

Po mateřské dovolené jsem sehnala pro dítě školku a přihlásila jsem se na Úřad práce v Domažlicích. Měla jsem zájem o zkrácený pracovní úvazek. Bylo mi nabídnuto jedno pracovní místo - úklid ve firmě, která je na konci města, a to odpoledne, tedy v době, kdy nemám hlídání pro dítě. Což pro mě bylo nepřijatelné. Udělala jsem si rekvalifikační kurz Pracovník v sociálních službách. Na úřadu práce mi řekli, že je to přesně ta rekvalifikace, kterou potřebuji, abych mohla pracovat jako sociální pracovnice. Když jsem začala kurz dělat, zjistila jsem, že to není ono. Kurz je spíš zaměřen na péči o ležící pacienty a starší lidi, ale vůbec ne na děti. Přesto jsem kurz dodělala, dozvěděla jsem se spoustu zajímavého. O Fazoli jsem se doslechla náhodou. Fazole nabízela něco nového, co nenabízela úřad práce, navíc s možností hlídání dětí, což pro mě bylo velké plus. Hlídání dětí jsem využívala. Uvítala jsem i možnost uhrazení profesního kurzu, který si vyberu JÁ, a ne toho, který mi nabídne úřad práce. Vybrala jsem si kurz ki-

neziologie.<sup>2)</sup> V souvislosti s dětmi je to dobré - nabízí to nápravy poruch dyslexie a podobně. Těchto „dysporuch“ je v současné době hodně. Směřuji k tomu, abych se dostala do střediska výchovné péče.

### **Jak vás inspirovali či motivovali pracovníci Fazole, případně ostatní klientky?**

Například na kurzu počítače nás učili samostatně hledat potřebné informace. Byly jsme nenásilně dokopané k tomu, abychom samy něco dělaly.

### **Jaká je vaše situace teď?**

Absolvovala jsem tři stupně kineziologie. Zatím ještě nejsem schopná to praktikovat. Teď si potřebuju vyzkoušet, jak to funguje - třeba na kamarádkách. Už mám domluvené kamarádky, se kterými to budu zkoušet. Zapomněla jsem ještě říct, že chodím na jazykové kurzy němčiny a angličtiny. Je to super pro ty, co chtějí jazyk oprášit i pro začátečníky. Já jsem v obou jazycích začátečník. Ráda bych vyzdvihla práci obou lektorek. V obou kurzech jsou různé stupně pokročilosti a ony to dokáží skloubit. Zpočátku jsem byla skeptická k lektorce angličtiny, protože učí jiným způsobem, než na který je naše generace zvyklá. Žádné knížky a slovíčka, učí se poslechem. Říkala jsem si, že takhle se to nemůžu nikdy naučit a byla jsem mile překvapena, jak rychle se do toho člověk vpraví. Je to pro mě nová metoda, která funguje.

### **A vaše plány do budoucna?**

Chtěla bych ještě trošičku vylepšit znalost jazyků. Ale nemyslím si, že bych se dostala na takovou úroveň, že bych to mohla pracovně využít. Nicméně to tady v pohraničí využiju - například na setkání matek s dětmi odtud a z Německa, což je akce, které bych se chtěla účastnit. Co se týče pracovního uplatnění, jak už jsem říkala, chtěla bych práci s dětmi. Po-

koušela jsem se o pozici pedagogický asistent na základní škole v Domažlicích. Ředitel školy mi řekl, že to zatím neplánují. Přesto jsem jim tam nechala životopis pro případ, že by hledali nějakého asistenta.

### **Co byste vzkázala ženám, které váhají, jestli mají začít chodit do nějakého komunitního centra?**

Když jsem začala do Fazole chodit, říkala jsem si, že je jedno, jestli budu sedět doma nebo trávit čas tady. Tím, že budu doma, se nikam neposunu. Byla jsem mile překvapena. Je dobré, když se člověk dostane do jiného prostředí, kde se nemluví o tom, jak rostou děti, jak papají a nepapají. Chybělo mi jiné vyjadřování. Chce to vytrhnout a přesadit zvyky. Je to prospěšné. Člověk se setkává s různými lidmi. Pozvedlo mě to.

### **Na závěr - máte nějaké životní motto?**

Moje sestra mi říká, že do 70 se budu pořád něco učit. Člověk by měl mít chuť se vzdělávat v každém věku. Vývoj jde dopředu a je zapotřebí si rozšiřovat obzory.

***Květen 2011: Jana pomáhá v projektu „Mezi rodinou a prací“ s hlídáním dětí v době kurzů a individuálních konzultací. Vzhledem ke své poměrně specifické kvalifikaci a péči o dítě problematicky hledá v domažlickém regionu zaměstnání. Svoje zkušenosti a talent pro práci s dětmi zatím naplno využívá při hlídání dětí.***

---

2) Kineziologie je jedna z neznámějších metod alternativní medicíny, kterou uznávají psychologové, lékaři, učitelé i laici po celém světě. Cílem kineziologie je udržování rovnovážného zdravotního stavu pomocí svalů lidského těla. Metoda je založena na poznatku, že každá skupina svalů lidského těla má vztah k dalším částem těla - k jednotlivým orgánům, zažívacímu ústrojí, žlázám, kostem a krevnímu oběhu. Pokud jsou v dobré kondici svaly, je i tělo v pořádku. Tato terapie se poněkud zjednodušeně definuje jako způsob komunikace terapeuta s podvědomím pacienta, směřující k odstranění tzv. psychických bloků. Je postavena na poznatcích tradiční asijské medicíny, která vždy respektovala jednotu těla a ducha. Zároveň slučuje tyto poznatky s psychoterapií a západní medicínou.

„Říkala jsem si, že když budu ve svém věku fňukat doma, tak v životě nic nedokážu.“



**Řekněte mi na úvod něco o sobě a o svém dětství.**

Jmenuji se Petra, je mi 38 let. Narodila jsem se v Domažlicích, ale pocházím z Pobežovic, kde jsem vyrůstala a chodila do školy. Po ukončení základní školy jsem šla na strašnou školu, na kterou jsem vlastně jít nechtěla. (smích)

**Na jakou?**

Do Plzně na střední odborné učiliště, obor kuchař číšník se zaměřením na servírku. Před závěrečnými zkouškami jsem to vzdala. To má spojitost s mým dětstvím, protože jsem byla šikanovaná učitelem. Často se mluví o šikaně dětí, o tom jak děti šikanovali učitele, jak děti šikanovali učitele, ale mě šikanoval učitel. A to je asi můj psychický blok, kvůli kterému si nejsem schopná dodělat školu.

**Nedaří se vám dokončit tuto školu?**

Celkově, jakoukoliv školu. Moje sestra jde na vysokou školu a tak pořád slyším, ať jdu na střední školu, ať si dodělám maturitu. Svého času jsem to zkusila. Šla jsem do Staňkova na soukromou školu. Nicméně jsem se tam cítila strašně, takže jsem to vzdala. Po tomto školním nezdaru jsem začala pracovat. Měla jsem několik míst. Hned po škole jsem dělala číšnici. Už v 18 letech jsem byla vrchní, takže jsem to měla dobrý. Potom jsem pracovala jako re-

cepční a zkoušela jsem pracovat i v obchodě. Nato přišla rodina. V 21 letech se mi narodila první dcera a nastal problém. Po dětech jsem začala být alergická. Mám atopický ekzém a alergie. Když jsem začala shánět práci, vždy se objevilo něco, co mi vadilo a na co jsem alergická - prach apod. Jsem dokonce alergická i na lišty u pultů, nemůžu prodávat ani být za kasou. Nakonec jsem začala podnikat, jsem totiž člověk, který vždycky pracoval sám nebo něco řídil. Otevřela jsem si živnost nákup a prodej, to mě bavilo. Živilo mě to do té doby, než byl u nás v Pobežovicích otevřen konkurenční obchod. Já jsem měla nevhodné prostory, do obchodu se muselo po schodech, snížil se mi obytný. Takže jsem to zavřela a pozastavila jsem si živnost s tím, že si nejdřív opravím svoje prostory. Jenže to trvá už 2 roky, protože nemůžu dát dohromady potřebné peníze. Investovala jsem do toho všechny svoje úspory. Půjčku si brát nebudu, protože jsem momentálně nezaměstnaná a podporu neberu žádnou. Už jsem začala být v depresi. Připadala jsem si zbytečná, doma sice máte práci a dře, ale zadarmo kolem rodiny.

**Jak byste popsala svoji životní situaci před vstupem do Fazole?**

Mě do Fazole v podstatě natlačili, byla jsem zoufalá a upadala jsem do depresí. Nikam se mi nechtělo. Než jsem nastoupila do Fazole, měla jsem rok pozastavenou živnost. Byla

jsem hlášena na pracovním úřadě. Bylo to těžké období. Úředníci věděli, že jsem alergik, takže mě nenutili do práce, ve které bych byla zdravotně ohrožena. Chodila jsem na pracovní úřad a potom schůzky, schůzky, schůzky, konzultace... Na úřadu práce se s vámi baví ne o tom, jakou práci chcete dělat, ale o tom, jaká práce je. A tady moc práce není. Navíc jsem byla hodně vyčerpána doma, moje dcera je dyslektička a musím se s ní pořád učit. Teprve na motivačním kurzu jsem měla pocit, že se o mě někdo zajímá.

### **Jak jste se dozvěděla o Komunitním centru Fazole?**

Ozvala se mi vedoucí centra Martina, jestli bych neměla chuť jít na motivační kurz. V žádném případě jsem nechtěla. Mně se nechtělo nic dělat, nic mě nebavilo. Ale moje sestra mě přemluvila. Říkala mi: „Jdi, přijdeš na jiný myšlenky, mezi jiný ženský...“. První tři sezení ve Fazoli jsem si říkala: „Kam jsi to vlezla?“ Potom nastal obrat, protože mě nadchli lektoři. Někteří jsou opravdu úžasní. A navíc já jsem dřív měla sebevědomí, byla jsem tak vychovaná, během minulých let jsem ho ztratila a teď se mi začalo vracet. Říkala jsem si, že když budu doma ve svém věku fňukat, tak v životě nic nedokážu. Prošla jsem motivační kurz, udělala jsem si rekvalifikační kurz modeláž nehtů a dokončila jsem podnikatelský kurz.

Řekla bych, že díky tomuto projektu jsem nabuzená do života a něco dělat. Aspoň se snažím. Už se nebojím jít se zeptat na nějakou práci, než si otevřu vlastní živnost.

### **Inspiroval vás i někdo z účastnic motivačního kurzu? Jaké mezi vámi byly vztahy?**

Za prvé jsem zjistila, že v tom nejsem sama. Hodně jsem trpěla kvůli mému vzdělání, říkala jsem si: „Je to tvoje vina, měla ses učit.“ Potom jsem viděla, že tady jsou i ženy s dobrým vzděláním a s praxí a práci taky nemají. To mě mo-

tivovalo. Zjistila jsem, že některé ženy na tom jsou hůř než já. My jsme se navzájem svými životními příběhy motivovaly. Často jsme se navzájem popichovaly a snažily se vzájemně motivovat. Dalo mi to hodně.

### **Mám z našeho rozhovoru pocit, že máte dobré domácí zázemí, takové štěstí řada našich klientek nemá.**

Nás je deset. Celá naše rodina bydlí v jednom domě, samozřejmě každý máme svůj byt. Jsme hodně semknuté, když jeden odejde, tak nám to je líto. V rodině mám zázemí. Můj manžel je rád, že kurz dělám a podporuje mě. Je rád, že jsem se dala psychicky do pohody.

### **Jaké jsou vaše nejbližší plány?**

Dozvěděla jsem se, že je možné na podnikání získat dotace. Učila jsem se udělat podnikatelský plán, který bych sama nezvládla. Chtěla bych využít poradenství v této oblasti a nechat si poradit, jak na dotaci dosáhnout. Chci zprovoznit své prostory, protože nájmy jsou drahé. Už jsem jednou podnikala a vím, že nemá cenu stavět vzdušné zámky. To člověk rychle spadne na zem. Já své prostory mám, ale potřebuju je opravit.

### **Myslíte si, že až si živnost otevřete, že získáte zákazníce?**

Já už nějakou klientelu mám. Samozřejmě jde o známé a známé známých, ti by o moje služby měli zájem. Zásadní je získat prostor. V budoucnu bych se chtěla věnovat i vizážistice, je mi to blízké a baví mě to. Kromě této činnosti bych chtěla otevřít v jedné místnosti obchod s dárkovým zbožím.

### **Máte nějaký časový plán?**

Časový plán jsem měla. Původně jsem chtěla začít do půl roku, maximálně do roku podnikat, ale teď se toho bojím. Myslím si ale, že to jednou vyjde.

## Co byste vzkázala budoucím klientkám Komunitního centra Fazole?

Přestaňte se litovat, v obdobné situaci nejste rozhodně samy. Čím víc se člověk lituje, tím hůř mu to jde.

### Na závěr vás poprosím o vaše životní motto.

Já mám svoje životní motto, ale zapoměla jsem ho. (smích) Řekla bych to tak: „Nelitovat

se.“ Zkusit se s životem poprat, protože každý si musí pomoci sám. A nelámat hned kříž. Když je člověk zdravý, všechno jde.

*Květen 2011: Petře se podařilo navázat spolupráci s kadeřnickým salónem, který měl zájem svoje služby rozšířit o manikúru a nehtovou modeláž. Plánuje založení vlastní živnosti, aby měla více pracovních možností.*

„Člověk si může popovídat o svých problémech, nemusí je pořád nosit uvnitř své duše. Uleví se mu, líp se snáší nástrahy života.“



### Řekněte mi prosím něco o sobě.

Jmenuji se Eva. Pocházím z Chodska. Narodila jsem se v Klatovech, ale celý život žiju na Domažlicku. V Domažlicích jsem chodila do školky, do školy, udělala jsem si tady střední školu i nástavbu.

### Jakou střední školu a nástavbu jste absolvovala?

Vystudovala jsem gymnázium, které jsem ukončila maturitou. Další můj krok byla nástavba zaměřená na ekonomiku.

### Potom jste nastoupila do zaměstnání?

Ano, nastoupila jsem do jedné firmy jako účetní, zůstala jsem v ní 5 let. Potom jsem nastoupila na finančním úřadě, kde jsem pracovala asi rok. A teď pracuji jedenáctým rokem v bance.

### Jak jste se dozvěděla o Fazoli?

Od Marušky Koutné, která pracuje v KC Fazole a je zakladatelkou mateřského centra Kráček. Je to vlastně moje klientka v bance.

## Proč jste se zapojila do aktivit Fazole?

Zaměstnavatel mi při návratu z mateřské dovolené sdělil, že mě může zaměstnat pouze na poloviční úvazek, s tím, že není reálný předpoklad, že by se úvazek rozšířil. Naopak mi řekl, že možná bude moje pracovní místo zrušeno jako nadbytečné.

## Takže vaše pracovní místo je dost nejisté?

Ano. Navíc jsem potřebovala zvednout sebevědomí. Jsem již 2 roky rozvedená, takže soukromý život úplně nefunguje. A ten pracovní po návratu z mateřské taky nezafungoval tak, jak by měl. Potřebovala jsem nastartovat do života, abych se mohla otevřít novým lepším zítřkům. (smích) Opravdu to tak bylo.

## Máte pravdu, to mi říká většina klientek. Vy jste se rozhodla, že ve Fazoli absolvujete motivační kurz, přibrala jste si i nějakou rekvalifikaci?

Rekvalifikace mě teprve čeká. Absolvovala jsem motivační kurz a s dcerou se účastním aktivit Kráčmerky, které ve Fazoli probíhají. Prospívá nám to oběma.

## Vidíte na sobě po absolvování kurzu nějakou změnu? Splnila se vaše očekávání?

Určitě. Myslím, že nadstandardně.

## Jak vypadá vaše životní situace teď?

Pořád pracuji v bance na částečný úvazek. Ale už se nebojím případné změny.

## Jak to vypadá s vaší rekvalifikací?

Začnu ji dělat příští měsíc. Chtěla bych rozšířit své obzory ohledně účetnictví. Momentálně se věnuji jednoduchému účetnictví. Nicméně můj obor prošel zásadní proměnou a já se teď chci zaměřit na podvojně účetnictví.

## Jaký je váš cíl? Čeho chcete dosáhnout?

Pro mě je velmi důležitý můj rodinný život. Mojí prioritou je má dcera, zaměstnání je na druhém místě. Chci skloubit práci a rodinný život, mít dostatečný prostor na dceru.

## Poprosím vás o váš vzkaz potenciálním klientkám Fazole.

Rozhodně má smysl se zapojit. Poznají nové lidi, nové tváře... Člověk si může popovídat o svých problémech, nemusí je pořád nosit uvnitř své duše. Uleví se mu, líp se snáší nástrahy života.

## Máte nějaké své životní motto?

Nene... (smích)

## Děkuju za rozhovor.

*Květen 2011: Evě se její přání absolvovat rekvalifikaci zaměřenou na podvojně účetnictví s využitím výpočetní techniky nevyplnilo. Ač má pracovní smlouvu pouze do konce dubna 2011, současný zaměstnavatel jí dojíždění na kurz neumožnil. Vzhledem k Evinu vzdělání a dosavadní praxi však účetnictví stále představuje smysluplný obor pro její budoucí pracovní uplatnění.*



„Dostala jsem klíče od majitele se slovy: "Dělej s tím, co chceš. Buď to půjde, tak to rozjedeš, když ne, tak to zavřeme."“

### Řekněte mi něco o sobě.

Jmenuji se Linda. Narodila jsem se v dubnu 1975 v Domažlicích. Odmalička žiji ve Spáňově, což je malá vesnička kousek od Domažlic. Až do čtvrté třídy jsem jezdila na základní školu do Kouta na Šumavě a od páté třídy do Domažlic. Na střední zemědělskou školu jsem chodila do Stříbra, kde jsem odmaturovala. Hned poté jsem nastoupila do České spořitelny, v níž jsem pracovala 10 let a potom jsem nastoupila na mateřskou. Měla jsem hned po sobě dvě děti, takže jsem byla 7 let na mateřské. Po mateřské jsem už do spořitelny nenastoupila. Za prvé se mi nechťelo zpátky a za druhé mi ani nevyšli vstříc ohledně pracovní doby a doby nástupu do práce. Mladšímu synovi byly v květnu 3 roky. Řekli mi, že musím nastoupit hned v květnu. Jenže v květnu mi malého nikam do školky nevzali. Hlídnání jsem neměla, takže to nešlo. Hledala jsem práci, ve které bych byla mezi lidmi a v oboru finančnictví. Jeden známý mi řekl o realitní kanceláři, kterou má a které se věnuje. Nabídl mi, abych tam začala pracovat. Já jsem mu řekla,

že o tom nic nevím. Potom mi kamarádka řekla o Fazoli a o Kráčmerce, že je to nějaký kurz pro lidi jako jsem já. Já jsem byla vlastně 7 let doma na vesnici. Tam člověk mluví jen s maminkami o dětech. Už mi to lezlo na mozek. Měla jsem obavy z návratu do společnosti, protože to byla fakt dlouhá doba. Tak jsme si řekly, zkusíme to. Ona se nakonec do kurzu nedostala, já ano.

### Prvním impulsem bylo, že jste chtěla mezi lidmi? Jaká byla vaše očekávání?

Ano, jít mezi lidmi a „vrátit se do společnosti“. Prostě se nebát zapojit, mluvit s lidmi. Byla jsem, jak to říct, trochu „zaostalá“ jak jsem byla pořád doma. (smích)

### Jak hodnotíte svoji účast na aktivitách Fazole? A to nejen z hlediska obsahu, ale i vztahů mezi vámi klientkami.

Bylo to fajn. Člověk si uvědomí, že v takové situaci není sám. Takových lidí jsou kvanta. My jsme byly dobrá parta. Skamarádily jsme se

a bavily se o všem možném. Navzájem jsme si radily co a jak. Co mi to dalo? Začala jsem si víc věřit. Získala jsem ztracené sebevědomí. Nebála jsem se začít mluvit s lidmi.

### **Vy jste absolvovala motivační kurz a poté re- kvalifikační. O jaký kurz se jednalo?**

Pořád jsem přemýšlela o té realitní kanceláři. Tady mi bylo nabídnuto, ať si najdu kurz a že mi bude z projektu uhrazen. Našla jsem si kurz „Realitní makléř“, který probíhal v Praze.

### **Byla pro vás rekvalifikace přínosná?**

Určitě. Já jsem o práci realitního makléře nic nevěděla. Měla jsem dost naivní představy. Kurz trval 4 měsíce a bylo to 8 nebo 10 dvou-  
denních cyklů. Byli tam lidé, kteří dělají makléře 5 či 6 let, ale i lidé jako já - začínající. Hodně se tam mluvilo o praxi. Tam všichni školicili všechny. Navzájem jsme si vyměňovali zkušenosti. Dalo mi to moc. I lektoři, kteří školili, mají realitní kanceláře. Věděli, o čem mluvím.

### **Jak to s vámi vypadá teď?**

V prosinci 2010 jsem ukončila rekvalifikační kurz. Dostala jsem certifikát Realitní makléř. Od ledna 2011 jsem začala na živnostenský list dělat v té realitní kanceláři. Působím jako makléřka pro oblast Domažlicka a Klatovska. Využívám vědomosti z kurzu. Dalo mi to fakt hodně.

### **Užíváte se tím?**

Zatím moc ne. Je to práce na delší dobu. Chvilí trvá, než se to rozjede. Mám nabrané nějaké nemovitosti a teď rozjíždím reklamu.

### **Jaká je vaše vize? Váš cíl?**

Cíl je zviditelnit se. Je to totiž malinká realitní kancelář, která x let nic nedělala. Je na mě, abych ji rozjela a dostala se do povědomí, aby

se o nás vědělo. Prostě, abych já nemusela shánět lidi, ale aby lidi začali vyhledávat mě.

### **Jaká je vlastně vaše pracovní pozice?**

Jsem makléřka, ale v podstatě i šéfká. Dostala jsem klíče od majitele se slovy: "Dělej s tím, co chceš. Buď to půjde, tak to rozjedeš, když to nepůjde, tak to zavřeme." Pokud jde o reklamu a o finance, konzultujeme to spolu a on to buď schválí a zaplatí nebo neschválí. Takže finance jsou na něm, obsah je na mě.

### **Poprosila bych vás o doporučení pro budoucí klientky.**

Doporučuju. Získáte nové přátele, poznáte nové lidi. Kolikrát zjistíte, že na tom nejste zdaleka nejhůř, že jsou na tom lidé hůř. Což vám taky pomůže. Je to blbý, takhle říct, ale člověk se cítí líp. Nakopne to člověka k tomu, jít a začít něco dělat.

### **Čím se v životě řídíte?**

Poctivost. Jsem vchovaná na vesnici, takže poctivost a upřímnost je základ.

### **Děkuji.**

*Květen 2011: Linda v současnosti pracuje jako realitní makléřka ve zmiňované kanceláři.*



„Objevíme-li v sobě,  
co nás naplňuje,  
budeme šťastnější.“



### Řekni mi prosím něco o sobě a o svém dětství.

Já jsem Julie. Narodila jsem se v Děčíně a tam jsem se svojí sestrou a rodiči žila do 19 let. Chodila jsem tam na základní školu, ta se mi líbila. Byla jsem typ „šprtka“, věčně jsem ležela v knížkách. (smích) Potom jsem nevěděla, kam dál. Měla jsem vizi, že budu učitelka, tak jsem se rozhodla, že půjdu na gympl. Na gymnasiu se mi to ale rozleželo. Začalo mě to táhnout k překladatelství a tlumočnictví. Bavil mě francouzský jazyk. Jenže ve čtvrtáku jsem se zamilovala. Na přijímačky jsem sice jela, ale ani jsem tam nedošla, protože ten dotyčný tam byl se mnou. (smích) On se potom přestěhoval do Domažlic, kde udělal výběrové řízení na vedoucího městského zahradníka. Dostal místo i s bytem. To místo mu vlastně sehnala maminka, která ho chtěla dostat co nejdál ode mě. Ale to se jí nepovedlo. Protože to naivní devatenáctiletý střevo se rozhodlo, že ho bude následovat. Po gymnasiu jsem si řekla, že je jedno, jestli budu hledat práci v Děčíně nebo v Domažlicích. Takže jsem se přestěhovala do Domažlic. Nakonec jsme se vzali. Začala jsem pracovat v třídní tisku v tehdejší Poštovní novinové službě. Potom jsem otěhotněla a byla jsem s dětmi 7 let na mateřské. Po té jsem bezúspěšně sháněla práci, až jsem se skoro vnutila na poštu. Na poště jsem dělala na přepážce asi 6 a půl roku, než jsem opět přišla do jiného stavu.

### Jak ses dozvěděla o Fazoli?

Když jsem byla na poslední mateřské, tak jsem si udělala kurz masáže miminek a moc se mi to líbilo. V tu dobu jsem si myslela, že to tady

v Domažlicích nikdo nedělá. Říkala jsem si, že by se mi líbilo vést takové kurzy. Lektorka, ke které jsem jezdila na kurz, mi navrhla, abych si udělala lektorský kurz a začala pro ně pracovat. Tak jsem si ho udělala. Hledala jsem, kde bych ty kurzy mohla vést. To mě přivedlo do Kráčmerky. Tam jsem začala vést kurzy masáže dětí a kojenců. Protože je Kráčmerka partnerem tohoto projektu, byla jsem vlastně u zdroje. Během prvního kurzu jsem hlídala děti, sledovala jsem to zpovzdálí a přemýšlela, co dál. Věděla jsem, že zpátky do práce se vrátit nechci. Že to, co dělám ve volném čase, mě baví víc a chtěla bych to dál rozvíjet. Tak jsem se rozhodla udělat si motivační kurz a rekvalifikaci. Nakonec jsem se zúčastnila 4. běhu.

### Jaká byla tvoje motivace?

Moje touha byla něco dokázat a být svojí vlastní paní. To je pořád moje vize.

### Jak hodnotíš aktivity, kterých ses zúčastnila?

Bylo to pro mě velmi přínosné. Třeba když jsem šla na poštu ukázat se tam a říct jim, že se nebudu vracet. Vedoucí mi řekla: „Človče, ty jsi nějak rozkvetla na té mateřské. Sršíš sebevědomím a vtípem!“ A to bylo v době po motivačním kurzu. Proto si myslím, že tohle ženám opravdu hodně pomůže.

### Ty jsi měla možnost vidět všechny naše klientky. Viděla jsi tenhle rozdíl i na ostatních klientkách?

Určitě ano.

## **Jakou jsi absolvovala rekvalifikaci?**

Cvičitele zdravotní tělesné výchovy. Ten rozsah je od miminek po seniory. Je to vázaná živnost a klientem může být kdokoli. Já se chci zaměřit na rodiče s dětmi. Nově jsem začala vést kurz i jinde než v Kráčmerce. Nicméně nezříkám se možnosti pracovat i se seniory.

## **Co bylo obsahem tvého rekvalifikačního kurzu?**

Učili jsme se, co znamená zdravotní tělesná výchova, anatomii člověka, fyziologii. Učili jsme se diagnostiku. Přitom jsme zjistili, že my sami sobě bychom měli být prvními pacienty. (smích) Následovaly jednotlivé obory: relaxace, cvičení s miminy, se seniory. Docela mě zklamalo, že u miminek je největší prioritou plavání, nedělá se moc jiných věcí. Takle část byla hodně teoretická. Dále se probírala motorika u pohybových her dětí, to mě bavilo. Dále nám ukázali, jak se cvičí s kardiaky, astmatiky, s těhotnými, s ženami, které mají gynekologické problémy a cvičení na bolesti zad. Potom je na každém účastníku kurzu, aby se dál rozvíjel v oboru, kterému se chce věnovat. Bylo to všeobecné nastínění toho, čemu se můžeme věnovat.

## **Takže ty máš za sebou motivační kurz, rekvalifikaci...**

Ještě jsem dělala Obsluhu osobního počítače. Dřív jsem byla samouk. Kromě cvičitelského kurzu mám i masérský kurz.

## **Jaká je situace teď?**

V práci jsem dala výpověď a chtěla jsem začít pracovat pro Kráčmerku. To nakonec bohužel nevyšlo. Nyní jsem evidovaná na úřadu práce. Můj problém je v tom, že si moc nevěřím. I když jsem v kurzu získala sebevědomí, po zkušenostech s hledáním práce se to postupně hroučí. Potřebovala bych nový moti-

vační kurz. (smích) Mám obavy začít podnikat. **Nyní jsi nezaměstnaná...**

Ano, ale snažím se najít si práci. Možná začnu pracovat jako masérka na poloviční úvazek, je to v jednání.

## **Jaké jsou tvé plány do budoucna? Čeho chceš dosáhnout?**

Dál chci dělat to, co dělám. Proto mi asi nevychází žádná jiná pracovní místa. Ideální by bylo dělat uklízečku na 4 hodiny denně, abych se mohla věnovat svým aktivitám. Do budoucna bych to chtěla rozjet, využít svůj potenciál, všechno zúročit a být nezávislá.

## **Vzkaz pro naše potenciální klientky?**

Všechny ženský, které se nemají po mateřské kam vrátit, by si tím měly projít. Během kurzu si můžou uvědomit, co vlastně od života chtějí. Jde o víc než o chození do práce a starání se o rodinu. U mě je třeba cvičitelství a masírování lidí to, co chci dělat. Snad v sobě objeví něco, co je bude opravdu naplňovat, a budou šťastnější.

## **A tvoje životní motto?**

Co mi to ta moje máma vždycky říkala? Držím se toho, že všechno zlé je pro něco dobré. Sice na své momentální situaci nevidím nic dobrého, ale... (smích) Ono to přijde a bude to lepší...

## **Děkuji.**

*Květen 2011: Julie po ukončení rodičovské dovolené začala pracovat jako masérka a cvičitelka v rehabilitačním zařízení, avšak pouze na částečný úvazek. Od dubna 2011 k tomu získala na poloviční úvazek práci asistentky v advokátní kanceláři. Jejím snem je být masérkou a cvičitelkou na plný úvazek. Začátky nebyvají lehké.*

# Lektoři



## Dagmar

*Obvykle lidé tvoří harmonickou skládku. Když ji člověk umí složit, vypadá tak, že ho ostatní berou a je jim příjemný...*

**Jméno a příjmení:** Mgr. Dagmar Fila  
**Název kurzu:** Jak dobře vypadat, oblékání a styl (část Motivačního kurzu)

Dagmar se stala jednoznačně nejoblíbenější lektorkou KC Fazole.

**Řekni mi, prosím, na úvod něco o sobě.**

O mně: táta renesančně nadaný introvert, maminka lidumil s otevřeným srdcem pro všechny živočichy = stále u nás někdo brečel, radoval se, bydlel, umíral, psaly se diplomky, o někoho se staralo... Většina života v Plzni,

3 roky dospívání v Indii - obdiv k uměleckému řemeslu, sklon k ověšenosti a nošení zvláštních hábitů; gymnázium s moderními jazyky – samá ženská = vandry s klukama, zpívání s klukama, potápění, botanika apod...; na VŠ 8krát příjímáčky, mezitím tiskař, v propagaci; VŠ výtvarná výchova – čeština; autorská výstavní činnost – oděv a šperk, později keramika, poslední rok kresba, malba; člen Unie výtvarných umělců. Po škole sama se dvěma syny = práce doma (šperky, poradenství image, grafická úprava časopisu...); 15 let učitel výtvarných oborů ZUŠ, převážně keramiky, lektor seminářů a kurzů vycházejících z estetiky ([www.lotos-image.wz.cz](http://www.lotos-image.wz.cz)). Nárazové psaní = úleva od bolesti. Dary sudiček: smysl pro krásu, šikovné ruce, pochopení pro druhé, touha a rozervanost romantika (slovy tatínka „od pangejtu k pangejtu“) ... Dary k 50tinám: stěhování na polosamotu, nový manžel, stará chalupa s rozlehlou zahradou, smečka psů, dojíždění za prací; stále větší rozpor mezi touhou tvořit a nicneděláním, blíží k obloze a v klidu přírody také k marně hledané harmonii...

**Co je tvým hlavním cílem? Na to, abys naše klientky doopravdy proměnila, není na kurzu čas; co jim chceš tedy předat?**

Snažím se v nich probudit to, co se sama také stále učím: aby si začaly víc věřit. Aby se měly

rády a aby o sebe pečovaly bez nějakých pocitů provinění.

### **Mohla bys popsat, jak probíhá tvůj kurz vizážistiky a následné individuální konzultace?**

Na kurzu s klientkami mluvím o všem - o harmonii, o stylu, o barvách, o důležitosti prvního dojem, o typech povolání a vhodném pracovním oblečení. Jak to udělat, aby člověk vypadal příjemně - ne za cenu velkých časových a finančních investic ani otročení módním trendům. Chci jim vysvětlit, jak může žena "prodat", co je na ní příjemného a přitažlivého, jak potlačit to, co na sobě sama nemá ráda - i když kolikrát to, co na sobě ženy pokládají za nedostatek či odchylku od klasického ideálu krásy, je takové to poznávací znamení, kterým se odlišují od ostatních - ta osobitost, to, co lidé na nich mají rádi. Dále se je snažím zaskvětit do kouzel barev, aby pochopily, co se jim dá vyjádřit a naopak, co barvy na ně prozradí samy. Probereme oblečení k přijímacímu pohovoru, vhodný styl, střihy, doplňky atd. Používám množství vlastních názorných obrazových materiálů a fotografií ke všemu, o čem mluvím.

### **Lidé dost často volí barvy, které jim nesluší. Proč je to tak?**

Intuice nám většinou poradí správné barvy, pokud není něčím ovlivněna - například módními barvami nebo jinými lidmi. Pokud tedy budeme vytrvale sahat po barvě, která nám sice nesluší, ale je nám nějakým způsobem příjemná, tak tím vyjadřujeme nějaké naše momentální vnitřní rozpoložení. Výběr barev probíhá také podle temperamentu: například introvert většinou sáhne po klidnějších barvách - modrá, temně zelená. Extrovert, ať už je sangvinik nebo choleric, bude sahat po zářivých barvách, jako je žlutá nebo třeba červená. Barva pak zároveň vyjadřuje expresivní složku naší osobnosti. To znamená, že si barvy

vybíráme také podle toho, jak se cítíme, nebo cítit chceme.

### **Po kurzu následují individuální konzultace. S každou klientkou strávíš zhruba 30 minut, což není moc. Jak konzultace probíhá?**

Snažím se, aby klientky během kurzu pochopily kvality a vlastnosti barev, jaké barvy jsou teplé, jaké studené, jak se dají kombinovat. Jaké existují barevné typy. Většina lidí má v sobě zakódováno, že kromě barev, které se jim líbí a které jim sluší, tíhnou i k nějakému stylu oblékání: např. k přirozeným materiálům, romantice, extravaganci atd. Ženy se diví, když uhadnu, co mají třeba na přívěsku na klíčkách nebo na krku, jakou používají vůni nebo jaké mají problémy s vlasy nebo pleť. Většinou si to tipnu podle toho, jak vypadají, jak jsou oblečeny. Obvykle lidé tvoří harmonickou skládku. Když ji člověk umí složit, vypadá tak, že ho ostatní berou a je jim příjemný.

### **Když klientka přijde na individuální konzultaci, tak už zná základní zásady.**

Ano, má základy, ale ještě neví, co je nejlepší přesně pro ni. Poradím jí a názorně ukážu konkrétní barvy a jejich kombinace, vzory látek, tvar výstřihu, typ šperků atd. Poradím základy vhodné dekorativní kosmetiky, účes, může vyzkoušet i vhodné obroučky brýlí. Dostane kartičku s vhodnými barvami a vše přehledně napsané. Ženy si rady většinou vezmou k srdci, alespoň doufám. (smích)

### **Určitě ano, na radě našich klientek jsou vidět změny k lepšímu. Ty jsi vyučovala na šesti našich kurzech. Tvýma rukama prošlo více než 60 žen. Můžeš mi říct, co tě nejvíc příjemně překvapilo?**

Z této práce mám opravdu radost, protože mám pocit, že má smysl. Jsem šťastná, když mně ženy po kurzu děkují a říkají, jak se jim to líbilo, že to nečekaly. Většinou čekaly, že to

bude povrchní povídání o módě a o šminkách. Jsou rády, že se dozvědí spoustu věcí o barvách, jak jimi ovlivnit ostatní, nebo jak si třeba zařídit byt, nebo jak vybrat dárek a strefit se do vkusu jiných...

### **Zaměřuješ se především na barvy?**

Nejen na barvy. Nicméně barvy jsou na prvotním místě. Když se na někoho podíváš, tak největší plochu jeho těla zaujímá oblečení. Centrem zájmu je ale obličej, a abys udržela pozornost u obličeje, nesmí tě nic rušit. Takže logicky, např. když je někdo nevýrazný a obleče si něco kontrastního, blyskavého, velké vzory... tak budeš šilhat stále tam a na obličej se ne-soustředíš. Ale u normálního rozhovoru by měla pozornost zůstat u obličeje. To je o harmonii a kontrastu. Barvy samotné mají doplňovat celkovou osobnost, aby to člověku slušelo, aby vypadal svěží, mladší a zároveň, aby zůstaly dominantní oči, aby byla pleť rozzářená. Navíc mají moc obličeje ovlivnit k lepšímu, ale zároveň ty „nevhodné“ třeba zvýraznit vrásky, kruhy pod očima, disproporce obličeje apod. Důležitá je také zpětná vazba. Když se někdo upraví a sluší mu to, tak na něj lidé reagují pozitivně, chválí, usmívají se. Jakmile nás ostatní začnou chválit, cítíme se sami lépe, získáme čas a energii pracovat na sobě také zevnitř. Budeme víc číst, studovat. Budeme si víc věřit a budeme ochotni pro sebe dělat víc, protože tohle všechno není jen o barvičkách.

**Máš pravdu. Já se klientek na svém kurzu vždy ptám, co očekávají. Většina z nich uvede na prvním místě „zvýšení sebevědomí“. Zkus mi, prosím, popsat největší "prohřešky" našich klientek.**

Že podceňují samy sebe a podceňují i vzhled. Snažím se jim vysvětlit, že když někam přijdou žádat o práci, tak ten člověk je nezná a jedině, podle čeho je může soudit je vzhled, první dojem. Těch prvních několik sekund je velmi důležitých. Pokud člověk zapůsobí dobře, má

většinou vyhráno. Říká se, že když je první dojem příznivý, může člověk získat to, co chce. Když je nepříznivý, tak se může člověk snažit jak chce a těžko dosáhne svých cílů. Říká se dokonce, že když chce člověk stoupat v kariéře, je devětkrát důležitější umět se „zabalit a prodat“ nežli to, co člověk opravdu zná a umí. Je to tedy komedie či tragédie... (smích) Vždyť image je vlastně takové herecké vystoupení. Ale „svět chce být klamán“, jak říkává moje maminka.

### **Na závěr tě chci jako každého, s kým dělám rozhovor, poprosit o předání tvého životního motta.**

Moje životní motto je: nikomu vědomě neublížovat, neškodit. A pokud člověk dokáže pomáhat, tím lépe.

Děkuji.

## **Jarka**

**Jméno a příjmení: Mgr. Jaroslava Psutková**  
**Název kurzu: Psychologie jednání**  
**(část motivačního kurzu)**

### **Jak bys popsala svou část motivačního kurzu?**

Začíná částí zaměřenou na sebepoznání. Jejím účelem je, aby klientka poznala své silné a slabé stránky a uměla s nimi přiměřeně zacházet.

Větší část kurzu je věnována mezilidské komunikaci a dovednosti jednat s lidmi, tedy umění sdělovat, naslouchat i mlčet, dovednosti přesvědčit, získat, překonat odpor a nesouhlas, účinně argumentovat, vést rozhovor, efektivně jednat a vyjednávat.

Důraz je kladem také na asertivitu, zejména na asertivní práva a techniky.

V závěru této části motivačního kurzu klientky zpracovávají svůj individuální plán návratu do práce.

### **Co jsi chtěla předat klientkám?**

Během kurzu jsem klientkám zdůrazňovala, jak je důležité projevovat a pěstovat vlastnosti, které komunikaci usnadňují a na kterých dobré mezilidské vztahy stojí (zdvořilost, slušnost, plnění daných slibů, toleranci, respekt k druhým, solidnost, korektnost apod.)

Stará zásada má stálou platnost: Jednejme s lidmi tak, jak si přejeme, aby lidé jednali s námi.

### **Jak ovlivnila práce na projektu tvůj život?**

Práce s klientkami kurzů mě velice bavila a obohatila můj život. Navázala jsem i nová přátelství.

## **Věra**

**Jméno a příjmení:** Ing. Věra Krutinová

**Název kurzu:** rekvalifikace Základy podnikání a navazující individuální konzultace (dodavatel kurzu: S-COMP Centre CZ, s. r. o.)

### **Jak byste popsala kurz Základy podnikání a navazující individuální konzultace?**

Byl to kurz se skupinou mladých žen, které se chtěly dobře připravit na uskutečnění svých snů založit vlastní firmu. Probíraná témata je velmi zaujala, aktivně diskutovaly, ptaly se. Většina z nich se velmi dobře připravila i na individuální konzultaci, na niž je především zajímaly možnosti finanční podpory při založení firmy a tvorba vlastního podnikatelského záměru.

### **Co jste chtěla předat klientkám?**

Praktické postupy k vytvoření podnikatelského záměru, k založení firmy a k vedení daňové evidence. Své praktické zkušenosti ze založení a činnosti vlastní firmy.

### **Jak ovlivnila práce na projektu váš život?**

Oživila jsem si znalosti ze základů podnikání, navázala jsem spolupráci s Hospodářskou komorou a prostudovala jsem doporučenou příručku pro podnikání. Založila jsem vlastní firmu a získala živnostenský list Lektorská činnost. Všechny tyto zkušenosti jsem v kurzu využila.

## **Míra**

**Jméno a příjmení:** Miroslav Tauer

**Název kurzu:** rekvalifikace Obsluha osobního počítače (dodavatel kurzu: S-COMP Centre CZ, s. r. o.)

### **Jak bys popsal kurz Obsluha osobního počítače?**

Určitě zajímavý kurz pro lidi, kteří se s počítačem chtějí naučit nebo kteří něco už umí a chtějí své znalosti zdokonalit. V dnešní době je to nepostradatelná součást výbavy každého zaměstnance - mít znalost v tomto stále se rozšiřujícím oboru. V dnešní době se počítačům nevyhneme ani doma, vlastně kamkoliv přijdeme, jsou tam. Proto kurz Obsluha osobního počítače je ten pravý kurz pro lidi, kteří se nechtějí v dnešní době ztratit.

### **Co jsi chtěl předat klientkám?**

Samozřejmě co nejvíce informací, které se jim budou hodit jak doma, tak i v práci. Rád bych předal všechny svoje znalosti z výpočetní techniky získané za několik let, ale na to jsou kurzy bohužel moc krátké.

### **Jak ovlivnila práce na projektu tvůj život?**

Nedá se mluvit o ovlivnění mého života, ale dělá mi moc velkou radost, když moje lektorování je k něčemu dobré a jsou vidět výsledky. To nejdůležitější pro mě je, že klientky jsou spokojené.

## **Alena**

**Jméno a příjmení: Alena Slámová**  
**Název kurzu: Anglický jazyk I. – III.**

### **Jak byste popsala kurzy angličtiny?**

V kurzech se sešly dámy různého věku, co se týká znalostí většinou začátečníci a "věční začátečníci". Všechny spojovala vůle naučit se jazyk do té míry, aby to zvýšilo jejich šanci na

získání dobrého pracovního místa, ale i aby byly schopny se anglicky domluvit v běžném životě. Brzy si vytvořily velmi příjemný kolektiv.

### **Co jste chtěla předat klientkám?**

Zaměřila jsem se především na schopnost vyjádřit se - tedy mluvit, mluvit, mluvit a porozumění jednoduššímu mluvenému slovu. Chtěla jsem jim ukázat cestu, jak se dá cizí jazyk zvládat i bez biflování gramatiky a slovíček.

### **Jak ovlivnila práce na projektu Váš život?**

Velmi příjemně - poznala jsem zajímavé lidi, kteří nečekají, co jim kdo dá, ale sami se snaží pro sebe něco dělat. Ověřila jsem si svoji metodu vyučování zase na jiném typu žáků, než obvykle učím.

# Představení projektového týmu



## Ústav pro ekopolitiku, o.p.s. (ÚEP)

Ústav pro ekopolitiku, o.p.s. je jednou z nejvýznamnějších ekologických nestátních neziskových organizací působících od roku 1992 v ČR i na mezinárodní úrovni. Posláním ÚEP je prosazovat udržitelný rozvoj, který vychází z uvědomování si souvislostí mezi lidskými potřebami a přírodními zdroji.

ÚEP realizuje projekty podporující udržitelný rozvoj a zdravé životní prostředí, s ambicemi měnit stávající negativní trendy. Na projektech většinou spolupracuje s veřejnou správou a snaží se ovlivňovat její rozhodování ve prospěch příznivých změn a environmentálně šetrných opatření. ÚEP často řeší průřezová témata na poli udržitelného rozvoje a ochrany životního prostředí, včetně výzkumných projektů, věnuje se právní úpravě ochrany životního prostředí EU i ČR a uplatňování mezinárodních úmluv. Jeho dlouhodobou snahou je představovat v ČR nové nápady a řešení ze zahraničí.

ÚEP sídlí na Praze 2 a má pobočku Komunitní centrum Fazole v Domažlicích.

Ústav pro ekopolitiku, o. p. s.  
[www.ekopolitika.cz](http://www.ekopolitika.cz)  
Kateřinská 26, 128 00 Praha 2.



## Leontina

**Jméno a přijetí:** PhDr. Leona Kupčíková  
**Pozice v týmu:** specialista na sociální problematiku, lektorka kurzu Environmentální výchova - jak se chovat šetrně k životnímu prostředí (část Motivačního kurzu)  
**Pracovní náplň:** odpovědnost za problematiku rovných příležitostí, příprava podkladů pro doprovodné a ostatní akce, příprava článků o projektu, zpracování výsledků hodnotících dotazníků, příprava a realizace průzkumu zaměstnavatelů, lektorování části Motivačního kurzu



## Kdo jsem?

Žena, dcera, sestra, teta, přítelkyně, kamarádka, kolegyně, sousedka, člověk.

## Odkud přicházím?

Narodila jsem se a vyrůstala na rozmezí Jeseníků a Rychlebských hor. Studovala jsem sociální vědy v Opavě na Slezské univerzitě a poté v Praze na Karlově univerzitě. Po ukončení studií jsem zůstala v Praze a začala pracovat v Ústavu pro ekopolitiku. Tady jsem mimo jiné poznala i Martinu Příbylovou, se kterou jsme vymyslely tento projekt.

## Kam mířím?

Každou chvíli někam jinam.

## Co mě baví?

Hory, příroda, zvířata, lidi, čtení, sport, moře.

## Jak ovlivnila práce na projektu můj život?

Positivně. Je to práce, která má smysl. Poznala jsem řadu zajímavých a inspirujících lidí. Navíc jsem získala pokoru před životem a obdiv k našim klientkám. Řada našich klientek má těžký život, ale neztrácejí úsměv a bojovnost. Míří vysoko.



## Komunitní centrum Fazole

KC Fazole bylo založeno v roce 2009 v Domažlicích jako regionální pobočka ÚEP. Aktivity KC Fazole odráží významný posun v oblasti udržitelného rozvoje. Zatímco v 90. letech minulého století byla v centru zájmu především ochrana životního prostředí, v posledních letech nabývá na významu sociální problematika a po-

silování soběstačnosti regionů a místních společenství.

Hlavním posláním KC Fazole je přispět k vyšší kvalitě života v okrese Domažlice snížením nerovnosti mezi ženami a muži v oblasti zapojení na trhu práce a sladění rodinného a pracovního života. Tohoto cíle je dosahováno poskytováním informačních, vzdělávacích, konzultačních a dalších služeb, které ženám ohroženým nezaměstnaností pomáhají vstoupit na trh práce. Od zahájení činnosti centra jsme uskutečnili 6 běhů vzdělávacího programu pro 65 klientek. Kurzy byly součástí projektu „Mezi rodinou a prací“.

Nicméně i KC Fazole do svých činností zahrnuje ekologické aktivity – například ochranu životního prostředí formou vzdělávání a osvěty, třídění odpadu a využívání místních zdrojů.

*Komunitní centrum FAZOLE  
www.centrumfazole.cz  
tel. 379 428 320  
Branská 1, 344 01 Domažlice*



## Martina

**Jméno a příjmení:** Mgr. Martina Příbylová  
**Pozice v týmu:** Projektová manažerka, vedoucí Komunitního centra FAZOLE

**Pracovní náplň:** Vedení týmu pracovníků a řízení provozu a aktivit Komunitního centra FAZOLE, komunikace s poskytovateli finančních prostředků, partnerskými a spolupracujícími organizacemi, finanční řízení a příprava nových projektů.

### **Kdo jsem?**

Člověk, který si cení upřímnosti, poctivosti, odvahy, pokory a tvůrčího přístupu k životu. Partnerka, dcera, sestra, teta, kamarádka, kolegyně...

### **Odkud přicházím?**

Kdo ví. Snažím se to zjistit od dětství, které jsem prožila v jedné vesnici u Náchoda ve východních Čechách. Po studiích na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy v Praze a půlroční stáži v Chapel Hill v Severní Karolíně jsem začala pracovat v Ústavu pro ekopolitiku, o. p. s., který dnes provozuje KC FAZOLE, tehdy jako koordinátorka pro fundraising. Do Domažlic mě zavál v roce 2005 partnerský vztah a touha znovu žít blíž přírodě. Jsem vděčná, že se mi prostřednictvím FAZOLE poštěstilo skloubit osobní život s pracovním.

### **Kam mířím?**

Verím, že k naplnění života, jeho podstaty.

### **Co mě baví?**

Mám blízko k přírodě, horám, vodě, rostlinám, zvířatům i lidem. V přírodě získávám energii, pokud se jí momentálně nedostává. Ráda chodím po horách, lyžuju, jezdím na vodu. Mým koníčkem je také zahrádka a dva domácí tygři, kočka Eliška a kocour Piškot. V poslední době se dost věnuju józe, která mi pomáhá především zvládat stres a udržet si fyzickou i psychickou kondici. Mám ráda dobrou hudbu, literaturu a občas maluju na hedvábí.

### **Jak ovlivnila práce na projektu můj život?**

Moc, protože při něm pracuji s lidmi. Na jedné straně s kolegyněmi z projektového týmu, na druhé straně s klientkami FAZOLE. Zejména první rok byl velmi těžký. Musely jsme si vyjas-

ňovat náplň jednotlivých pozic v týmu, aby vše dobře fungovalo a zároveň se snažit, aby klientky, které se často nacházely ve velmi problematických situacích, dostaly pomoc, kterou skutečně potřebují. Mám velkou radost, že se to ve většině případů daří a děkuji jak klientkám za odvalu změnit svůj život k lepšímu, tak všem členkám projektového týmu, které je v tom bezmezně a často s osobním nasazením podporují.



## **Majda**

**Jméno a příjmení:** Marie Koutná

**Pozice v týmu:** projektová asistentka

**Pracovní náplň:** zajišťování hladkého chodu kanceláře komunitního centra, běžná administrativa spojená s realizací projektu, komunikace s klienty a lektory, příprava a organizace doprovodných aktivit.

### **Kdo jsem?**

Jsem mamina dvou báječných dětí (18 a 20 let), na které jsem velmi pyšná. Jsem šťastná, že jsem z nich dokázala vychovat zdravě sebevědomé osobnosti, které se nad nikým nepovyšují ani neponižují. Umějí se zastat bezpráví a nebojí se o tom mluvit nahlas. Také jsem hrdá teta, sestra, dcera, přítelkyně. Jsem žena, která se nebojí riskovat neúspěch a bořit mýty a stereotypy týkající se práv a potřeb žen.

## Odkud přicházím?

Narodila jsem se v Domažlicích, kde v podstatě žiju do současné doby. S malou přestávkou, kdy jsem se během mateřské dovolené ocitla v Poběžovicích, bez zázemí rodiny a přátel. Tehdy jsem poprvé pocítila sociální izolaci, kterou prožívá většina žen na mateřské dovolené. Chtěla jsem to změnit. V roce 2006 jsem s přáteli založila občanské sdružení Nové obzory s cílem vybudovat Rodinné a mateřské centrum Kráčmerka, které je partnerem projektu.

## Kam mířím?

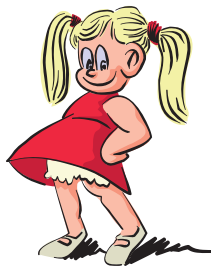
Díky svým životním zkušenostem mám silnou empatii a potřebu pomáhat ženám. Mým snem byla vždy práce v neziskovém sektoru, kde bych se mohla realizovat a svou energii věnovat smysluplným věcem. Jsem upřímně velmi vděčná, že jsem potkala Martinu Příbylovou, která mi tuto šanci dala a otevřela mi dveře, které bych sama jen těžko otvírala. Chtěla bych se dál profesně věnovat práci v NNO a aktivně se připravuji na doplnění vzdělání v tomto směru, tedy v oborech sociální a charitativní práce.

## Co mě baví?

Nejvíce mě těší a naplňuje samotná práce s klienty, kdy sleduji, v jaké praktické fázi se konkrétní člověk momentálně nachází. Kromě toho klienty motivuji a rozšiřuji jejich obzory o možnost podívat se na svou situaci z jiného úhlu pohledu, získat nový směr a nadhled. Snažím se klientkám předat své motto, že: „Všechno se dá řešit a vyřešit“.

## Jak ovlivnila práce na projektu můj život?

Hodně moc. Byla to velmi tvrdá a obohacující profesní škola. Kromě toho jsem se naučila lépe „číst“ lidi. Věřím, že všechny zkušenosti a dovednosti, které jsem získala při práci na tomto projektu, v budoucnu využiji



## o. s. Nové obzory – rodinné a mateřské centrum Kráčmerka

Podíl o. s. NOVÉ OBZORY – Rodinného a mateřského centra Kráčmerka (dále RMC Kráčmerka) na úspěchu projektu „Mezi rodinou a prací“ spočívá zejména v zajištění bezplatného hlídání dětí klientek KC Fazole během vzdělávacích a poradenských aktivit. Hlídání probíhá v dětském koutku RMC Kráčmerka, který občanské sdružení provozuje. Dětský koutek je umístěn ve stejné budově jako učebna a poradenské centrum KC Fazole. Dále o. s. NOVÉ OBZORY spolupracuje při:

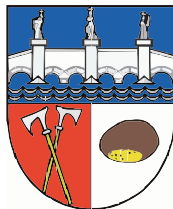
- informování potenciálních klientek a klientů KC Fazole o nabízených službách;
- komunikaci s cílovými skupinami, zejména s rodiči s malými dětmi;
- přípravě a realizaci doprovodných akcí, které přímo souvisí s činností o. s. NOVÉ OBZORY, jako je podpora rodin s malými dětmi, podpora aktivního otcovství a oblasti potřeb a práv žen.

Hlídací tety připravují pro děti program, který je přiměřený jejich potřebám a věku. Od pohybové výchovy (teta Katka), přes výtvarnou výchovu (teta Jiřka, Anežka a Věrka), po první krůčky v anglickém jazyce (teta Markéta), ale

také přes výchovu ke spolupráci a vzájemnému respektování mezi dětmi (teta Hanka), až po něžné a laskavé čtení pohádek tetou Aničkou. RMC Kráčmerka v průběhu projektu „Mezi rodinou a prací“ hlídalo 34 dětí ve věku od 2 do 12 let, z toho 18 děvčat a 17 chlapců. Tato služba je klientkami velmi ceněna. Maminky vítají možnost hlídání dětí během účasti v kurzech přímo v budově, kde výuka probíhá. Rovněž oceňují kvalitní péči o děti, která nespočívá pouze v zajímavém programu. Děti se mj. učí vzájemné spolupráci a respektu, nejedné mamince udělalo radost např. „první úspěšné sezení na nočníku s kýženým výsledkem“, zvládli jsme i problém s dětskou agresivitou.



*o.s. Nové obzory  
– Rodinné a mateřské centrum Kráčmerka  
[www.kracmerka.websnadno.cz](http://www.kracmerka.websnadno.cz)  
tel. 379 428 320  
Branská 1, 344 01 Domažlice (dětský koutek).*



## Město Bělá nad Radbuzou

Město Bělá nad Radbuzou se stalo partnerem projektu jednak z důvodu polohy Bělé v odlehlé části regionu se špatnou dopravní dostupností, a dále proto, že se jedná o zkušeného a velmi zdatného realizátora projektů financovaných z různých zdrojů včetně fondů EU. Město je velmi aktivní v projektech přeshraniční spolupráce s Bavorskem. Bělá n. R. má velmi dobré vztahy s organizacemi ve městě, místní pracovníci dobře znají situaci v této odlehle oblasti, tudíž jde o dobrého strategického partnera pro zajišťování aktivit projektu.

Město provozuje pobočku KC FAZOLE v prostorách městského úřadu od listopadu 2009. O provoz pobočky pečuje koordinátorka Marie Bubová, DiS. Úkolem pobočky je zajišťovat realizaci projektu v oblasti Bělska, resp. Poběžovicka. Pobočka zajišťuje komunikaci s místními organizacemi, lektory, zájemci o projekt a jeho klienty/klientkami. Zajišťuje vzdělávací a další aktivity v místě, poskytuje informační služby, úzce spolupracuje a komunikuje s hlavním koordinátorem.

Do současné doby prošlo bělskou pobočkou 8 klientek. Kurz absolvovaly ženy v předdůchodovém věku, dlouhodobě nezaměstnané, nebo se základním vzděláním, matky samoživitelky i maminky s malými dětmi.



## Maruška

**Jméno a příjmení:** Marie Bubová, DiS.

**Pozice v týmu:** koordinátorka pobočky KC Fazole v Bělé nad Radbuzou

**Pracovní náplň:** pečuje o své klientky, pomůže, vyslechne, poradí a vysvětlí

### Kdo jsem?

Vystudovala jsem VOŠ a SŠ v Českých Budějovicích a nyní studuji dálkově Vysokou školu obchodní v Praze. Do projektu „Mezi rodinou a prací“ jsem se zapojila v listopadu 2009 jako koordinátorka pobočky KC Fazole v Bělé nad Radbuzou.

### Odkud přicházím?

Pocházím z malého městečka Běla nad Radbuzou, které leží na západ od Plzně, téměř u hranic se SRN (v severozápadní části bývalého okresu Domažlice).

### Kam mířím?

V budoucnosti bych i nadále chtěla pracovat a komunikovat s lidmi a pomáhat jim, úspěšně dokončit studium a pak se poohlédnout po nějakém rodinném hnízdečku.

### Co mě baví?

Svůj volný čas nejraději trávím s přítelem a se psem na procházce, na rybách, nebo ve svém velkém rodinném kruhu, nebo s přáteli v přírodě, no nebo v práci. Pokud zrovna nemusím ležet v učebnicích, ráda cestuji, poznávám nové země, nakupuji, nebo ráda lenoším s dobrou knížkou.

### Jak ovlivnila práce na projektu můj život?

Určitě mi otevřela oči. Ne každý, kdo je bez práce, si za to může sám. Jsem ráda, že klientkám můžeme nějakým způsobem pomoci. Někdy stačí jen trošku „popostrčit“, určit směr, nebo si jen o daném problému popovídat. Jsem moc ráda, že jsem něčemu prospěšná a že má práce lidem pomáhá.

# Informace o navazujícím projektu

**Název:** Najdi svou cestu do práce,  
zn. rodiče s dětmi a ženy 50+ vítáme  
**Zdroj financování:** Evropský sociální  
fond prostřednictvím Operačního  
programu Lidské zdroje a zaměstnanost  
státního rozpočtu ČR  
**Reg. č. projektu:** CZ.1.04/2.1.01/63.00184  
**Období realizace:**  
červen 2011 – květen 2013

Cílem projektu je efektivně využít nástrojů aktivní politiky zaměstnanosti pro zlepšení postavení cílových skupin projektu na trhu práce v domažlickém regionu a podpořit tak uplatňování principu rovných příležitostí v regionu a jeho směřování k udržitelnému rozvoji.

## **Cílovými skupinami projektu jsou:**

- těhotné ženy, kojící ženy a matky do devátého měsíce po porodu;
- fyzické osoby pečující o dítě do 15 let věku (v případě mužů pouze samoživitelé a muži na rodičovské dovolené);
- ženy starší 50 let věku.

V rámci projektu bude klientům/klientkám nabídnut komplexní balíček služeb, na základě kterého si sestaví svůj individuální plán návratu do práce. Služby zahrnují:

1. Motivační kurz, pracovní diagnostiku, individuální konzultace s experty, individuální konzultace s projektovým týmem, přímou podporu ve formě proplácení jízdného, příspěvku na hlídání dítěte nebo péči o závislého člena rodiny, příspěvku na zdravotní průkaz apod. Jeden z motivačních kurzů bude zaměřen na přípravu „hlídacích tet“ pro mateřská centra apod.
2. Profesní kurzy.
3. Neprofesní rekvalifikaci Obsluha osobního počítače.
4. Odbornou praxi v o. s. Nové obzory - RMC Kráčmerka (pouze v oblasti hlídání dětí a souvisejících služeb).
5. Hlídání dětí v době projektových aktivit, pomoc při zajištění individuálního hlídání dětí a péči o závislého člena rodiny.

## **Hlavní koordinátor, příjemce dotace:**

Ústav pro ekopolitiku, o. p. s.  
- Komunitní centrum FAZOLE

## **Partner projektu:**

o. s. Nové obzory - RMC Kráčmerka

## **Spolupracující organizace:**

Úřad práce v Domažlicích, Město Domažlice,  
Město Bělá nad Radbuzou

## **V případě zájmu o více informací, příp. o účast v projektu se obračete na níže uvedený kontakt:**

*Mgr. Martina Přibyllová*  
*projektová manažerka*  
*Ústav pro ekopolitiku, o. p. s.*  
*– Komunitní centrum FAZOLE*  
*Branská 1, 344 01 Domažlice*  
*Tel.: 775 358 402*  
*E-mail: [martina.pribyllova@ekopolitika.cz](mailto:martina.pribyllova@ekopolitika.cz)*



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



OPERAČNÍ PROGRAM  
LIDSKÉ ZDROJE  
A ZAMĚSTNANOST

PODPORUJEME  
VAŠI BUDOUCNOST  
[www.esfcr.cz](http://www.esfcr.cz)



*PhDr. Leona Kupčiková,  
Mgr. Martina Přibyllová,  
Marie Koutná a Marie Bubová, DiS.*

## **MÁM PRÁVO NEVOLIT JAK SKLOUBIT RODINU A PRÁCI**

Vydal Ústav pro ekopolitiku, o.p.s.  
Kateřinská 26, 128 00 Praha 2  
tel.: +420 224 826 593  
[www.ekopolitika.cz](http://www.ekopolitika.cz), [www.centrumfazole.cz](http://www.centrumfazole.cz)

Redakce Mgr. Barbora Šafářová  
Grafické zpracování Michal Svoboda

Vydání první.  
Copyright © Ústav pro ekopolitiku, o. p. s.

ISBN 978-80-87099-07-0