

Máš na to!

Za lepším domovem

# Rekvalifikací k zaměstnání

Šance na lepší život

Je mi líp  
život  
Školní autobus šetří čas i nervy

Bydlení je základ

Na změnu profese není nikdy pozdě

Bydlení je základ

Školní autobus šetří čas i nervy

Za lepším domovem

Máš na to!

Trh práce

Čtyři medvědi pečují, rodiče pracují

Žiju! dostupný všem

profese pozdě

Mám totiž práci

Je mi líp

Čas pracovat

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



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost



12 ZMĚN  
K LEPŠÍMU

---

## ÚVOD

*Vážené čtenářky, vážení čtenáři,*

*publikace, kterou jste právě otevřeli, představuje 12 lidských příběhů. Jde o lidi, kteří v určité fázi svého života potřebovali pomocnou ruku. Nejčastěji z toho důvodu, že nemohli najít práci. Je mezi nimi ale i maminka s malými dětmi, která sice práci měla, ale neměla pro ně hlídání, bývalý vězeň, kterého trápily dluhy, nebo paní, kterou sužovalo psychické onemocnění.*

*Co mají společného? Zapojili se do projektů podpořených z Operačního programu Zaměstnanost (OPZ) a jejich život se poté změnil k lepšímu. Našli si práci, změnili profesi nebo si ujasnili svoje další směřování.*

*Projektů, které běží pod hlavičkou OPZ, jsou v Česku tisíce. Pokud se někdy dostanete do podobné situace jako naši hrdinové, nebojte se jich zúčastnit i vy. Přeji Vám příjemné čtení.*

*Mgr. et Mgr. Simona Vavrochová  
ředitelka odboru podpory projektů  
Ministerstvo práce a sociálních věcí*

---

## Jak to vlastně funguje?

Díky členství v Evropské unii může Česko čerpat peníze z evropských fondů. Jedním z nejstarších fondů je Evropský sociální fond, jehož cílem je pomoci lidem uplatnit se na trhu práce, poskytovat vzdělávání, podporovat sociální začleňování a rozvíjet veřejné služby. Peníze z tohoto fondu se rozdělují pomocí operačních programů. Ministerstvo práce a sociálních věcí řídí v programovém období 2014–2020 Operační program Zaměstnanost. Jeho rozpočet činí zhruba 67 miliard korun, které jsou postupně rozdělovány mezi jednotlivé projekty. Díky tomu jsou služby, které projekty poskytují, v drtivé většině pro účastníky bezplatné.

---

## OBSAH

Příběh 1	Čtyři medvědi pečují, rodiče pracují	4
Příběh 2	Rekvalifikací k zaměstnání	6
Příběh 3	Je mi líp	8
Příběh 4	Šance na lepší život	10
Příběh 5	Školní autobus šetří čas i nervy	12
Příběh 6	Na změnu profese není nikdy pozdě	14
Příběh 7	Za lepším domovem	16
Příběh 8	Žiju! Mám totiž práci	18
Příběh 9	Bydlení je základ	20
Příběh 10	Trh práce dostupný všem	22
Příběh 11	Máš na to!	24
Příběh 12	Čas pracovat	26

# 1 Čtyři medvědi pečují, rodiče pracují

**Skloubit péči o malé děti a zaměstnání není úplně jednoduché. Zvlášť když školky jsou často přeplněné a berou děti až od tří let. Dětské skupiny poskytují péči o děti už od jednoho roku věku. Představují alternativu pro všechny, kteří se chtějí nebo potřebují vrátit do práce dřív.**

*„Mladší syn nastoupil do 4medvědů hned v září, i když mu tehdy bylo jen 2,5 roku. Díky tomu mohu pracovat na tříčtvrtinový úvazek.“*

*Michaela*

---

Název projektu: Začít spolu 4medvědi  
Číslo projektu: CZ.03.1.51/0.0/0.0/15\_036/0000691  
Realizátor: 4medvědi, z. ú.  
Web: [www.4medvedi.cz](http://www.4medvedi.cz)

Michaela má dva syny v předškolním věku. Ještě než se děti narodily, věděla, že se bude chtít brzy vrátit do práce. Jenže kapacity školek plánům rodičů často nenahrávají. Michaela naštěstí objevila dětskou skupinu *Začít spolu 4medvědi*. Nejprve do ní přihlásila staršího Huga. Jelikož se služba osvědčila a Hugo byl spokojený, posléze se k němu přidal i mladší Ottík.

Na zhruba dvacet dětí tu připadají tři pečující osoby, což je další výhoda oproti klasické školce. Michaela oceňuje také to, že všechny děti jsou pohromadě bez rozdílu věku. Ty mladší se tak mohou od starších hodně naučit, například po jídle odnášejí talíře, snaží se samy obouvat... A to rodičům hodně pomáhá.



# 2 Rekvalifikaci k zaměstnání

**Výuční list nebo diplom často nestačí. Zaměstnavatelé chtějí praxi v oboru.  
Jak získat praxi, když vám nikdo nedá práci?**

*„Díky projektu mám pracovní smlouvu na jeden rok.  
Znamená to nejen jistotu výdělku, ale hlavně praxi,  
která se počítá.“*

*Lukáš*

Lukáš chtěl dělat kuchaře už odmalička. Jenže hned první zaměstnavatel ho zklamal, nechtěl mu dát pracovní smlouvu a ani nevyplácel mzdu. Lukáš přestal věřit slibům a vzal pak první práci, která se naskytla. Několik let dělal v automobilce, po kuchařině se mu ale stýskalo.

Pak se dozvěděl o projektu *Náš společný cíl = zaměstnání*. Nejprve absolvoval rekvalifikaci a „oprášil“ si znalosti nabyté ve škole. Pak už byl jen krůček k vysněné práci v hotelové kuchyni.

Lukáš pracuje na dotovaném pracovním místě. To znamená, že zaměstnavatel pobírá na Lukášovu mzdu příspěvky. Získá tak určitou kompenzaci za to, že dal šanci někomu nezkušenému, ale hlavně motivovanému zaměstnanci, který by rád u něj zůstal i poté, co mu vyprší smlouva.



---

Název projektu: Náš společný cíl = zaměstnání  
Číslo projektu: CZ.03.1.48/0.0/0.0/15\_040/0002325  
Realizátor: Gastronomická akademie, z. s.  
Web: [www.gastroakademie.cz](http://www.gastroakademie.cz)

# 3 Je mi líp

**Život s duševním onemocněním nebývá úplně jednoduchý. Nemoci duše jsou ve společnosti stále ještě tabu – a řada lidí ze strachu, že budou označeni „za blázna“, odbornou pomoc ani nevyhledá.**

*„Až díky neúspěšnému pokusu o sebevraždu se přišlo na to, že trpím bipolární poruchou. V klubu Esprit jsem našla pomoc a nakonec i práci.“*

*Monika*

---

Název projektu: Je mi líp  
Číslo projektu: CZ.03.2.60/0.0/0.0/15\_022/0000856  
Realizátor: Masopust, z. s.  
Web: [www.spolekmasopust.cz](http://www.spolekmasopust.cz)

Monika neměla jednoduchý život. Manžel nadělal velké dluhy a ona přišla o práci. K tomu se přidaly návaly smutku a beznaděje, které se nevysvětlitelně střídaly s návaly radosti. Když jí tragicky zemřel synovec, bylo to víc, než dokázala unést.

Pokus o sebevraždu naštěstí nevyšel. V nemocnici jí doporučili klub Esprit. Zde se mohou lidé jako Monika bezplatně zapojit do řady aktivit – arteterapie, trénování paměti, plavání... To všechno jim pomáhá zlepšit jejich duševní stav. Monika se zotavila natolik, že si udělala kurz pracovnice v sociálních službách a pro Esprit pracuje jako peer konzultantka<sup>1</sup>. „Chci šířit osvětu o duševních nemocech, aby se lidé nestyděli, že chodí k psychiatrovi, a také předat svoje zkušenosti, protože vím, jaké to je,“ říká dnes už spokojeně.

---

<sup>1</sup> Peer konzultant je člověk, který využívá svou vlastní zkušenost s duševním onemocněním, aby pomohl podobně postiženým lidem. Je pro ně nadějí, že i oni se mohou zotavit.





# 4 Šance na lepší život

**Mladí lidé v sociálně vyloučených lokalitách patří k nejohroženějším skupinám obyvatel. Přejímají cizí (často špatné) vzory a jsou snadnými oběťmi manipulace.**

*„Bez Vulkánu by se můj život odvíjel jinak.  
Byla jsem zamklá, neměla jsem kamarády,  
neuměla jsem mluvit s lidmi.“*

*Hanka*

Pokud nemají mladí lidé možnost trávit smysluplně volný čas, nic dobrého z toho většinou nevzejde. V Obrnicích proto otevřeli nízkoprahové centrum Vulkán. Může ho navštěvovat každý ve věku od 15 do 26 let. Je tu posilovna, hřiště s táborákem, počítačová místnost, ping-pong... Děti sem ale nechodí jen za zábavou. Každému je přiřazena sociální pracovnice, se kterou si stanoví cíle, kterých chtějí dosáhnout – najít si práci, zvládnout maturitu, vyučit se nebo si udělat řidičák.

Hanka začala do Vulkánu chodit v době, kdy končila základní školu. Tehdy se nejvíc bála, jak ji přijmou noví spolužáci na gymnáziu v Mostě. Z dívky, která se neuměla prosadit, je dnes sebevědomá mladá dáma, která doučuje mladší děti, moderuje místní talentovou soutěž a chystá se na vysokou školu.



---

Název projektu: Na cestě k integraci v Obrnicích a okolí  
Číslo projektu: CZ.03.2.60/0.0/0.0/15\_026/0001291  
Realizátor: Obrnické centrum sociálních služeb, příspěvková organizace  
Web: [www.ocss.cz](http://www.ocss.cz)

# 5 Školní autobus šetří čas i nervy

**Doprovést malé děti včas do školy a sebe do práce, to je pro rodiče často náročný úkol. Zvláště když je škola několik kilometrů vzdálená. V Jesenici u Prahy to vyřešili tak, že pořídili školní autobus.**

*„Prvního září jely v autobusu tři děti.  
Rodiče byli spokojeni a nastal efekt sněhové koule.  
Museli jsme přikoupit další autobus.  
Děti v nich i stojí, každý autobus se ráno otočí dvakrát.“*

*Radka, starostka Jesenice*

Název projektu: Společná doprava dětí 1. stupně do základní školy v Jesenici  
Číslo projektu: CZ.03.1.51/0.0/0.0/15\_013/0000252  
Realizátor: Město Jesenice  
Web: [www.oujesenice.cz](http://www.oujesenice.cz)

Jesenice v okrese Praha-západ je trochu netypické město. Žije tu spousta mladých rodin (průměrný věk obyvatel je zhruba 40 let) a jednotlivé části města jsou od sebe poměrně vzdálené. Mezi jesenickou základní školou a okrajem města je to i víc než čtyři kilometry. Rodičům nezbývalo, než vozit děti do školy autem, a tak každý den kolem půl osmé ráno nastával před školou dopravní kolaps.

Když se naskytla možnost požádat o dotaci z Operačního programu Zaměstnanost na školní autobus, vedení města neváhalo. Díky tomu mohou rodiče, respektive jejich děti, využívat službu zdarma. Dopravní situace se zklidnila, zlepšilo se ovzduší a v neposlední řadě už děti nechodí pozdě do školy, což se dříve kvůli kolonám stávalo velmi často.





# 6 Na změnu profese není nikdy pozdě

**Po padesátce se práce nehledá snadno – ani se státnicemi ze dvou světových jazyků.**

*„Když hledáte práci a je vám 55 let, tak cítíte, že už nejste pro zaměstnavatele zajímavá. Na inzeráty, kde mladý dynamický kolektiv hledá někoho flexibilního, kdo dobře zapadne, se vám nechce ani odepisovat.“*

Zuzana

---

Název projektu: Posilování pozice ohrožených žen ve věku 55-64 let na trhu práce v Praze  
Číslo projektu: CZ.03.1.51/0.0/0.0/16\_062/0003090  
Realizátor: Zdravotnické zařízení městské části Praha 4  
Web: [www.zzpraha4.cz](http://www.zzpraha4.cz)

Zuzana se vrátila do Česka po dvaceti letech života v Itálii. I přes jazykové znalosti nemohla sehnat práci. Připouští, že občas cítila věkovou diskriminaci. „Přitom starší mají oproti mladým životní zkušenosti, nadhled,“ přemítá.

Pak uviděla v televizi reportáž o projektu, který zdarma nabízel rekvalifikaci na chůvu pro děti. Neváhala ani minutu – v Itálii se jako dobrovolnice věnovala malým dětem řadu let. Absolvovala 80 hodin teorie a 80 hodin praxe a úspěšně složila závěrečnou zkoušku. Díky pracovní poradkyni, která jí byla po celou dobu k dispozici, si našla místo jako chůva v dětské skupině pro děti zaměstnanců Akademie věd.



# 7 Za lepším domovem

**Uvařit si, umýt nádobí, vyprat... Běžné činnosti, které většinová populace zvládá. Pro klienty pobytových sociálních služeb to samozřejmost není. Život v ústavu něco takového dříve vůbec neumožňoval.**

*„Díky projektu jsme mohli pro klienty pořídit domácí spotřebiče. Každý má vytvořený individuální plán a trénuje podle svých schopností.“*

*Pavčina, manažerka projektu*

---

Název projektu: Zkvalitnění procesu přechodové fáze transformace Domova Háj  
Číslo projektu : CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_037/0001839  
Realizátor: Domov Háj, příspěvková organizace  
Web: [www.domovhaj.cz](http://www.domovhaj.cz)

Mirek s Lenkou žijí v Domově Háj u Ledče nad Sázavou. Domov poskytuje péči lidem s mentálním a kombinovaným postižením. Už brzy čeká Mirka a Lenku velká změna. V rámci procesu transformace se budou stěhovat do malého domku v nedaleké Světlé nad Sázavou.

Vedení Domova Háj se snaží klientům přechod z ústavu do komunitního bydlení co nejvíce ulehčit. Tím, že si domácí práce mohou vyzkoušet už před stěhováním, jsou mnohem klidnější. Mirek s Lenkou se na stěhování moc těší. Budou mít kontakt s lidmi, blízko do obchodů, uvaří si, na co budou mít zrovna chuť. Zkrátka jejich bydlení bude mnohem víc připomínat opravdový domov.



# 8 Žiju! Mám totiž práci

**Vážná nemoc vyřadí člověka z pracovního procesu i na několik let. A návrat do práce pak bývá mnohonásobně těžší.**

*„Poslala jsem desítky životopisů. Málokdy se ozvali.  
Pět let mimo pracovní trh v životopise neschováte.“*

*Marcela*

Marcela svůj nejtěžší životní boj vyhrála - porazila rakovinu. Když se její stav zlepšil, chtěla zase pracovat. Jenže se zdravotním omezením a dlouhou pauzou v životopise to nejde úplně snadno. Manuální práci kvůli problémům s levou rukou nezvládne a nabídka kancelářské práce, navíc na zkrácený úvazek, není ve Žďáru nad Sázavou moc obvyklá.

Pomoc našla na úřadu práce, kde jí doporučili projekt *Práce bez bariér na Vysočině*. Díky němu pracovala s odborníky na vylepšení životopisu, učila se, jak vystupovat na pohovorech, ale hlavně získala dotované pracovní místo jako účetní v mateřské škole. Zaměstnavatel dostává od úřadu práce příspěvek na pokrytí jejích mzdových nákladů, jinak je ale vše jako při klasickém pracovním poměru.



---

Název projektu: Práce bez bariér na Vysočině  
Číslo projektu: CZ.03.1.48/0.0/0.0/15\_010/0000021  
Realizátor: Úřad práce České republiky  
Web: [www.portal.mpsv.cz/upcr](http://www.portal.mpsv.cz/upcr)

# 9 Bydlení je základ

**Získat nájemní smlouvu, natož vlastní byt, je pro řadu lidí skoro nemožné. Třeba kvůli vysoké počáteční kauci, dluhům nebo předsudkům pronajímatelů.**

*„V 1+1 nás bylo devět. Pak jsme bydleli chvíli u strýce, napořád jsme tam ale zůstat nemohli. Bylo to zoufalé. Když jsme získali nájemní smlouvu na přízemní 3+1, nechtěla jsem tomu věřit.“*

*Alžběta*

---

Název projektu: Program bydlení CENTROM  
Číslo projektu: CZ.03.2.60/0.0/0.0/15\_022/0000967  
Realizátor: CENTROM z. s.  
Web: [www.centrom.cz](http://www.centrom.cz)

Není to tak dlouho, co se Alžběta s rodinou a dětmi stěhovala z místa na místo. Situace se zdála bezvýchodná. Od sestry se ale dozvěděla o neziskové organizaci CENTROM, která pomáhá rodinám ze sociálně vyloučených lokalit získat nájemní bydlení.

CENTROM si pronajímá byty, které následně poskytne lidem, kteří by bez jejich pomoci na takový byt nikdy nedosáhli. Spolupracuje s radnicemi městských obvodů v Ostravě a s firmou Residomo (bývalé byty RPG), která vlastní byty jak v Ostravě, tak v nedaleké Karviné. Po nějaké době, pokud nájemníci řádně platí a nejsou s nimi problémy, mohou získat nájemní smlouvu přímo s majitelem bytu a CENTROM jako „prostředník“ odpadne. Alžbětina rodina je za tuhle šanci víc než vděčná a dělá vše pro to, aby se už nemusela nikdy stěhovat.





# 10 Trh práce dostupný všem

## Trh práce dostupný všem

**Některá povolání nejde vykonávat ve vyšším věku. Zdraví už prostě tolik neslouží. Řešením může být rekvalifikace.**

*„Většinu života jsem pracoval jako pomocný zedník.  
Roky ale přibývají, zdravotní problémy taky.  
Posledních sedm let jsem byl na úřadu práce.“*

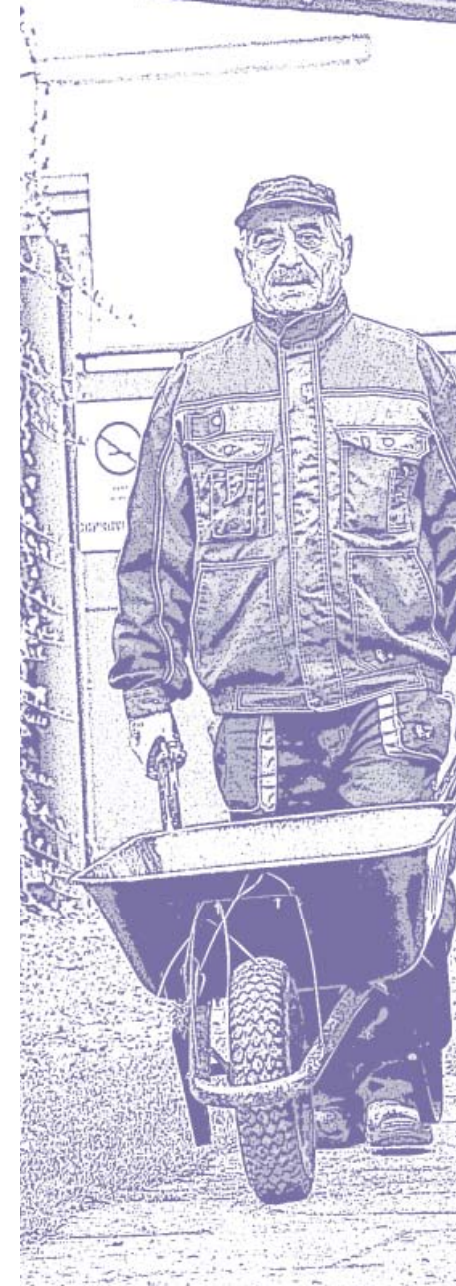
*Filip*

---

Název projektu: Trh práce dostupný všem – rozvojem k úspěchu  
Číslo projektu: CZ.03.1.48/0.0/0.0/15\_040/0002296  
Realizátor: CEDR Pardubice, o. p. s.  
Web: [www.cedrops.cz](http://www.cedrops.cz)

Právě na úřadu práce se Filip dozvěděl o společnosti CEDR Pardubice, která nabízí různé rekvalifikace a tréninková pracovní místa. Spolu s dalšími lidmi se zapojil do projektu *Trh práce dostupný všem – rozvojem k úspěchu* a absolvoval rekvalifikační kurz údržby veřejné zeleně. Kurz trval sto hodin a byl zakončen zkouškou. Filip má nyní v kapse osvědčení, které se může v budoucnu hodit.

To ale není všechno. Projekt je totiž vymyšlen tak, aby zájemci získali nejen rekvalifikaci, ale zároveň si mohli nabyté znalosti hned vyzkoušet v praxi. Filip tak získal i práci - stará se o dostihové závodiště v Pardubicích. Jelikož se osvědčil, CEDR mu pracovní smlouvu ještě o několik měsíců prodloužil.





# 11 Máš na to!

**Vystudovat vysněný obor je jedna věc, najít odpovídající pracovní uplatnění může být ale dost náročné. Někdy tak nezbývá než své plány přehodnotit.**

*„Od té doby, co jsem se zapojila do projektu, žiju jiný život. Dostala jsem šanci, kterou doufám využiju beze zbytku.“*

*Klára*

---

Název projektu: Máš na to aneb mezinárodní mobilita mládeže pro zvýšení kompetencí mladých registrovaných na úřadu práce

Číslo projektu: CZ.03.3.48/0.0/0.0/15\_032/0000067

Realizátor: AMA - Asociace manažerů absolventů, z. s.

Web: [www.amanno.org](http://www.amanno.org)

Klára chtěla pracovat jako umělecká keramička. Jenže brzy poznala, že je to sice krásné povolání, ale na uživení zdaleka nestačí. Naštěstí jí na úřadu práce nasměrovali na projekt *Máš na to!*, určený mladým lidem do 30 let. Díky němu mohla Klára absolvovat šestitýdenní pracovní stáž v Nitrianské komunitní nadaci a vyzkoušet si řadu věcí, manuální práci i administrativu.

„Vždycky mě bavilo fotit a právě tehdy mi došlo, že mě focení naplňuje a že bych se mu chtěla věnovat,“ říká Klára. Nadace jí umožnila uspořádat výstavu vlastních fotografií. Klára si musela všechno zařídit sama – návrh letáků, jejich tisk i distribuci, instalaci fotek. To ji zase posunulo o kus dál. Díky nabytým zkušenostem má v hlavě podnikatelský plán, který je postaven právě na fotografování. Nezbývá než držet palce, aby to vyšlo!



# 12 Čas pracovat

## Čas pracovat

**Vězení, dluhy, záznam v rejstříku trestů. To není moc dobrá pozice pro to, najít si práci a začít nový život.**

*„Čistý rejstřík po mě chtěli, i když jsem se ucházel jen o místo pomocného personálu do hotelové kuchyně.“*

*Honza*

---

Název projektu: Čas pracovat  
Číslo projektu: CZ.03.1.48/0.0/0.0/15\_040/0002492  
Realizátor: RUBIKON Centrum, z. s.  
Web: [www.rubikoncentrum.cz](http://www.rubikoncentrum.cz)

Honza je v podmínce. Chtěl by pracovat jako číšník – zkušeností z restaurací a hotelů má dost, jenže ví, že se škraloupem za majetkovou trestnou činnost to není možné. Zatím se mu podařilo získat zaměstnání u jedné stavební firmy.

Co ho po propuštění z vězení trápilo víc, byly dluhy. Probační úředník ho nasměroval na organizaci RUBIKON Centrum, která pomáhá lidem překročit trestní minulost a vrátit se zpátky do běžného života. A pak už byl jen krůček k tomu zapojit se do projektu Čas pracovat. Honza mohl svoji finanční situaci bezplatně probrat s dluhovou poradkyní. „Teď už vím, že pokud jde o dluhy, nejdůležitější je komunikace a ne to nechat být,“ říká Honza. Doufá, že se mu podaří dluhy brzy splatit a že si ušetří i na vysněný řidičák.



---

Tato publikace je spolufinancována Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.  
Další příběhy a informace najdete na [www.esfcr.cz](http://www.esfcr.cz).

Ministerstvo práce a sociálních věcí  
Na Poříčním právu 1  
128 01 Praha 2  
[www.mpsv.cz](http://www.mpsv.cz)

# Šance na lepší život

Za lepším domovem **Máš na to!** Čtyři medvědi pečují  
Bydlení je základ  
Na změnu profese není nikdy pozdě Čas pracovat  
Rekvalifikací k zaměstnání Trh práce dostupný

Je mi líp Šance na lepší život **Bydlení je základ**  
na lepší život

Šance na lepší život Školní autobus Čas pracovat  
Za lepším domovem Trh práce dostupný všem Žiju! šetří čas i nervy Za lepším domovem  
Čtyřmedvědi pečují, rodiče pracují Je mi líp Na změnu není nikdy pozdě

# Máš na to!

© MPSV

Vydalo Ministerstvo práce a sociálních věcí v roce 2018

Vydání 1., náklad 1 000 ks

ISBN 978-80-7421-149-2

