

## MINIMÁLNÍ PREVENTIVNÍ PROGRAM PRO ŠKOLNÍ ROK 2024/2025

### Charakteristika školy

<b>Název</b>	Gymnázium Hladnov a Jazyková škola s právem státní závěrečné zkoušky Ostrava www.hladnov.info
<b>Ředitel školy</b>	Mgr. Daniel Kašička, tel. 604 110 623
<b>Zástupce ředitele</b>	Mgr. Jiří Košťál, tel. 737 402 139
<b>Zástupce ředitele pro jazykovou školu</b>	Mgr. Martina Baseggio, tel. 604 231 506
<b>Vedoucí bilingvní sekce</b>	PaedDr. Ivana Freitagová, tel. 596 241 073
<b>Sekretariát školy</b>	Martina Havelková, tel. 596 241 073

Gymnázium Hladnov je velká státní městská střední škola v Ostravě, kde se vzdělávají studenti z Ostravy i z blízkého okolí. Škola nabízí tři studijní obory, všeobecné čtyřleté studium (třídy A, D), čtyřleté studium s rozšířenou výukou angličtiny (třídy C) a šestileté bilingvní česko-španělské studium (třídy S). Škola poskytuje žákům adekvátní podmínky pro studium i trávení volného času, nabízí žákům spoustu mimoškolních aktivit (např. anglické divadlo, španělské divadlo, pěvecký sbor, sportovní aktivity, Ekokroužek), aby měli možnost setkávání v rámci smysluplně tráveného volného času, a také možnou participaci na projektech školy (Erasmus, NatTech, MiniZOO...). Pro Gymnázium Hladnov jsou příznačné také každoroční exkurze do zahraničí (Španělsko, Velká Británie, Itálie, Rusko, Izrael, Egypt, Chorvatsko aj.). Tato střední škola je sloučená také s Jazykovou školou s právem státní závěrečné zkoušky, s níž pedagogové i žáci školy úzce spolupracují a využívají možností dalšího jazykového vzdělávání. Kurzy jazykové školy jsou k dispozici také pro rodiče, kteří tak mají možnost školu osobně navštívit. Žáci tráví volné hodiny a přestávky v prostorách školy, kde jsou na dvou patrech vytvořena odpočinková místa s gauči a menšími stoly, dále v klubu školy, kde se nachází také knihovna, mají možnost využít dva volně dostupné počítače, které jsou umístěny veřejně v blízkosti šaten. Výuka ve škole je rozprostřená do časového rozpětí od 7:00 do 15:55. Co se týče vnějších prostorů školy, žáci se mohou pohybovat po jejím areálu, k dispozici je také 1 outdoorová učebna.

### Vnitřní zdroje školy

Mezi vnitřní zdroje školy patří školní poradenské pracoviště (ŠPP), které funguje v součinnosti a skládá se ze školního metodika prevence, výchovného poradce a školního psychologa. ŠPP kooperuje s ředitelem i zástupcem školy, kteří jsou o problematice jevů ve škole informováni a podílejí se na řešení. ŠPP spolupracuje také s pedagogy školy. Vzhledem k tomu, že Gymnázium Hladnov je velká škola (48 učitelů, kontakty na jednotlivé vyučující jsou volně k nahlédnutí na stránkách školy), disponuje ŠPP

prostorem pro individuální konzultace nebo kontaktuje ostatní kolegy prostřednictvím e-mailu nebo on-line dotazníkových šetření. Pracovníci školy se opírají o školní řád, který je veřejně k dispozici na stránkách školy. ([www.hladnov.info](http://www.hladnov.info))

### Školní preventivní tým:

<b>Školní metodik prevence</b>	Mgr. Veronika Hurtová, Ph.D., tel. 737 719 445 veronika.hurtova@hladnov.info	Konzultace: dle domluvy
<b>Výchovný poradce</b>	Mgr. Eva Pušová Gurná gurna@hladnov.info	Konzultace: dle domluvy
<b>Školní psycholog</b>	PhDr. Jana Vysloužilová phdr.jana.vyslouzilova@gmail.com	Konzultace: po, st od 13:30 dle předchozí domluvy

### Vnější zdroje školy

Seznam legislativních podkladů je uveden v příloze č. 1. Seznam dostupných kontaktů potřebných k řešení krizových situací je zahrnut v příloze č. 2. Obsahuje adresy a telefonní kontakty na centra pomoci, také odkazy na webové stránky zabývající se problematikou prevence.

Aktuální informace o vzdělávacích programech pro ŠMP škola dostává od okresní metodičky prevence Mgr. Kateřiny Ciklové, lze kontaktovat i krajskou metodičku prevence, Mgr. Andreu Matějkovou.

Pedagogové dostávají nabídky vzdělávání z agentur (KVIC, Descartes...), na něž individuálně reagují dle aktuálních potřeb.

### Stanovení cílů MPP

Při stanovování cílů vycházím primárně z vývojových potřeb dětí, které studují na Gymnáziu Hladnov, dále ze sledování možných rizikových faktorů, které přirozeně vznikají při vzájemném sociálním působení, a také z obecně daných společensko-patologických jevů, které na žáky působí a na něž upozorňuje MŠMT. Dále se opírám o školský zákon č. 561/2004Sb, kde se v § 29 říká, že „... školy a školská zařízení zajišťují bezpečnost a ochranu zdraví dětí, žáků a studentů při vzdělávání a s ním přímo souvisejících činnostech a při poskytování školských služeb a poskytují žákům a studentům nezbytné informace k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví...“.

Cíle minimálního preventivního programu jsou:

1) krátkodobé, a to

- mapovat a popisovat potřeby žáků, rodičů i pedagogů v oblasti primární prevence,
- poskytnout třídním učitelům materiální oporu pro to, aby mohli se studenty preventivně pracovat v rámci třídnických hodin,

- přispět ke kvalitní adaptaci studentů prvních ročníků,
- snížit počet zameškaných hodin a předcházet skrytému záškoláctví především u vyšších ročníků,
- předcházet projevům šikanování,
- pořádání preventivních programů,

## 2) dlouhodobé, a to

- vytvořit bezpečné a zdravé prostředí pro studenty,
- podpořit dobré klima školy, potažmo klima jednotlivých tříd,
- pomoci rozvíjet osobnostní dispozice studentů,
- bránit vzniku rizikového chování a snižovat jeho výskyt,
- poskytnout studentům informace o možných rizicích spojených s experimentováním.

### **Definice cílových skupin MPP**

Vzhledem k tomu, že Gymnázium Hladnov nabízí studium čtyřleté i šestileté bilingvní, je nutné specificky rozdělit jednotlivá témata rozdílným cílovým skupinám. Některými se v rámci školního vzdělávacího programu zabývají pedagogové přímo ve výuce, pro jiná lze využít nabídku preventivních programů všeobecné primární prevence.

1. Studenti nižšího gymnázia – 1.S a 2.S. Jedná se o věkovou skupinu 13 – 15 let (pubescence), žáci odpovídají věkově 8. a 9. třídě ZŠ. Tito nejmladší studenti se setkají s mnoha tématy v rámci prevence v hodinách občanské výchovy (což je definováno v MPP) v 1.S. Ročník 2.S již občanskou výchovu nemá, proto je vhodné zařadit vybrané preventivní programy do tohoto ročníku.

2. 1. a 2. ročník vyššího gymnázia – 1.C, 1.A, 1.D, 3.S, 2.C, 2.A, 2.D, 4.S. Studenti mají 15-17 let. Z hlediska vývojové psychologie se řadí mezi adolescenty. Mládeže tohoto věku se týkají otázky sebe-přijetí, sexuality, stresových faktorů, ale také závislostí, kyberšikany nebo netolismu. Je pro ně velmi náročné vyrovnat se s novými krizovými situacemi ve svém životě.

3. 3. a 4. ročník vyššího gymnázia – 3.C, 3.A, 3.D, 5.S, 4.C, 4.A, 4.D, 6.S. Studenti jsou ve věku 17-19 let, vstupují do dospělosti a s tím řeší nové problémy týkající se zodpovědnosti, sebe-přijetí a seberealizace. Těmto mladým lidem jsou nabízeny programy, které se zabývají životními prioritami,

partnerstvím, life-skills a soft-skills, etickými otázkami, filozoficko-náboženskou problematikou, orientací na trhu práce.

## Skladba aktivit MPP pro školní rok 2024/2025

### Spolupráce s pedagogickým sborem, vedením školy, ŠPP

aktivita	předběžný termín	akt. upřesnění
Konzultace plánů a preventivních aktivit s ŘŠ, ŠPP na nový školní rok	srpen-září	
Informace učitelům o aktivitách ŠPP, konzultacích	srpen-září	
Informace žákům o aktivitách ŠPP, konzultacích	tř. hodiny na zač. roku	
Nabídka aktivit pro třídnické hodiny	srpen-září	
Školení pro pedagogy v oblasti rizikových jevů	dle akt. nabídky	
Informace o plánech preventivních aktivit v jednotlivých předmětech.	srpen-září	
Vyhodnocení preventivních aktivit v jednotlivých předmětech	květen	
Evaluace MPP	červen	

### Spolupráce s rodiči

aktivita	předběžný termín	akt. upřesnění
TU předávají informace o ŠPP a preventivních aktivitách školy	tř. schůzky	
Konání třídních schůzek a individuálních konzultací	dle stanovených termínů	
Informace rodičům o problematice rizikových jevů	dle akt. nabídky	
Nabídka termínů konzultací	průběžně	
Školní ples, sportovní turnaje, kulturní akce, divadelní představení...	průběžná nabídka setkávání	

### Aktivity pro žáky

#### Prevence ve výuce

ročník	téma	předmět	poznámky
1.S	Klima třídy, výchova přijetí, odlišnosti, výchova ke zdraví (téma anorexie, bulimie)	OV, ČJ, TV, HV, VV	
1.S	Rizika sociálních sítí, netolismus	OV	

1.S	Xenofobie, rasismus, netolerance	OV, D	
1.S	Sexuální výchova	OV	
1.S	Náboženská hnutí	OV	
1.S	Charitativní angažovanost	OV	
2.S	Rizika spojená s alkoholem	ČJ	
2.S	Domácí násilí	ČJ	
2.S	Sebepojetí, seberealizace	ČJ, ŠJ, AJ, HV, VV	
2.S	Klima třídy	ČJ, TV, D, HV, VV	

ročník	téma	předmět	poznámky
1.r.	Klima třídy, vzájemné vztahy, spolupráce, partnerství, sexualita	ZSV, ČJ, D, TV, HV, VV	
1.r.	Reprodukční zdraví	Bi, ZSV	
1.r.	Působení médií, netolismus	HV	
1.r.	Prevence rizikového chování obecně	ZSV	
1.r.	Charitativní angažovanost	-	
2.r.	Rizika spojená s alkoholem, drogami	ČJ, HV,VV	
2.r.	Klima třídy, vzájemné vztahy, spolupráce, partnerství, sexualita	ČJ, ZSV, D, HV, VV	
2.r.	Extremismus, rasismus, xenofobie	ČJ, HV, D	
2.r.	Občanská angažovanosti	ZSV	

ročník	téma	předmět	poznámky
3.r.	Extremismus, rasismus, xenofobie	ZSV, ČJ, D	
3.r.	Klima třídy, vzájemné vztahy, spolupráce, partnerství, sexualita	ČJ, ZSV, D	
3.r.	Právo a finanční gramotnost	ZSV	
4.r.	Etika	ZSV	
4.r.	Netolismus, kyberšikana, práce s info atd.	Mediál.vých., ČJ	
4.r.	Náboženská hnutí	ZSV	
4.r.	Orientace na trhu práce	ZSV	

### Preventivní programy

ročník	téma	předběžný termín	akt. upřesnění
1.r., 1.S	Adaptační programy	září	
všechny ročníky	Klima třídy a vztahy mezi studenty (třídní učitelé)	září, prosinec, červen	
1.r.	Reprodukční zdraví (MP Education)	prosinec	
1.r.	Právní vědomí mládeže	únor	
1.r.	Kyberšikana	prosinec	
1.r., 1.S	Umění se učit (škol.psychoLOG)	září	
2.r.	Drogová problematika (Renarkon)	říjen	
1.S	Sexuální výchova	Bude upřesněno	
2.S	Wellbeing	Bude upřesněno	
3.r.	Kámo, braň se (s MpO)	2. pololetí	

### Besedy

ročník	téma	předběžný termín	akt. upřesnění
	Dle aktuální nabídky ve spolupráci se ZSV		

### Volnočasové aktivity školy

Název	Organizuje
Debatní kroužek	ŠJ
Debatní kroužek	AJ
Teatro Rojo	ŠJ
Pěvecký sbor	HV
Basketbal	TV
Školní časopis	ČJ, ŠJ
Filmový klub	D, ČJ
Přírodovědný kroužek	Bi

-dále školní klub, jednorázové akce, soutěže, Erasmus, kulturní aktivity....

### Spolupráce s jinými institucemi

SVČ Korunka, SVŠ Ostrčilova, Divadlo J. Myrona, Divadlo P. Bezruč, Divadlo Aréna, DDM, VŠB, OU, DKMO.... aj.

PPP Ostrava, Městská Policie, Policie ČR, SVP Ostrava, OSPOD, Krizové centrum pro děti a rodinu, Linka důvěry, Renarkon, Younglife, lékaři (pediatrie, psychologie)... aj.

### **Průběžná činnost v rámci minimálního preventivního programu**

- Monitorování projevů rizikového chování v jednotlivých třídách,
- monitoring absence žáků,
- sběr informací o tématu primární prevence,
- spolupráce v rámci školního poradenského pracoviště,
- koordinace primární prevence a realizace preventivních programů.

### **Evaluace minimálního preventivního programu**

Součástí činnosti metodika prevence je také evaluace – ověření všech proběhlých aktivit a vyhodnocení dosažení předem daného cíle. Evaluace by měla nastínit plán budoucích aktivit, přispět k flexibilitě a kreativitě během tvoření MPP, který se tímto každý rok aktualizuje a proměňuje. Během evaluace sledujeme dvě oblasti, a to kvalitativní i kvantitativní. Pro další pokračování v preventivních programech a aktivitách je rozhodující určení, zda bylo dosaženo cílů a indikátorů, a pak také, jestli množství akcí s počty jedinců, které je absolvovali, byly adekvátní vzhledem k dalším faktorům, které umožňují realizaci preventivních programů ve školním prostředí.

V rámci Gymnázia Hladnov proběhne evaluace MPP na rok 2020/2021 formou on-line dotazníkového šetření, které bude adresováno všem učitelům, jež jsou klíčovými spolupracovníky metodika prevence a mohou během výuky diagnostikovat případné změny v chování žáků nebo naopak neúspěch preventivního programu. Na základě získaných informací budou po té v rámci školního poradenského pracoviště konzultovány výsledky šetření a budeme zvažovat kvalitu i kvantitu možných preventivních aktivit.

## SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1

### Platná legislativa

Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů, ve znění účinném od 1. 9. 2018.

Zákon č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících, ve znění účinném od 1. 9. 2016.

Zákon č. 65/2017 Sb., o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek, ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 167/1998 Sb., o návykových látkách a o změně dalších zákonů, ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví, ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 94/1963 Sb., o rodině, ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 2/1993 Sb., Listina základních práv a svobod, ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 218/2003 Sb., o odpovědnosti mládeže za protiprávní činy a o soudnictví ve věcech mládeže a o změně některých zákonů (zákon o soudnictví ve věcech mládeže), ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 200/1990 Sb., o přestupcích, ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 283/1991 Sb., o Policii České republiky, ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 257/2000 Sb., o Probační a mediační službě a o změně dalších zákonů, ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů, ve znění pozdějších předpisů.

Vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, novela vyhlášky 197/2016 Sb.

Vyhláška č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání, ve znění účinném od 1. 9. 2018.

Vyhláška č. 364/2005 Sb., o vedení dokumentace škol a školských zařízení a školní matriky a o předávání údajů z dokumentace škol a školských zařízení a ze školní matriky (vyhláška o dokumentaci škol a školských zařízení), ve znění účinném od 1. 9. 2018.

Vyhláška č. 15/2005 Sb., kterou se stanoví náležitosti dlouhodobých záměrů, výročních zpráv a vlastního hodnocení školy, ve znění účinném od 1. 1. 2005.

Vyhláška č. 48/2005 Sb., o základním vzdělávání a některých náležitostech plnění povinné školní docházky, ve znění účinném od 1. 9. 2018.

Vyhláška č. 27/2016 Sb. o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných, účinné znění od 1. 1. 2018.

Vyhláška č. 282/2016 Sb. o požadavcích na potraviny, pro které je přípustná reklama a které lze nabízet k prodeji a prodávat ve školách a školských zařízeních, ve znění účinném od 1. 9. 2018.

Vyhláška č. 317/2005 Sb., o dalším vzdělávání pedagogických pracovníků, akreditační komisi a kariérním systému pedagogických pracovníků, ve znění účinném od 1. 9. 2017.

Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních č.j. 21291/2010-28, všech 22 příloh vydaných a pozměněných v r. 2015 -2018.

Metodický pokyn MŠMT k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních, č. j.: MSMT-21149/2016.

Metodický pokyn MŠMT k výchově proti projevům rasismu, xenofobie a intolerance, č.j.: 14 423/1999-22 (Věstník MŠMT sešit 5/1999).

Metodický pokyn k jednotnému postupu při uvolňování a omlouvání žáků z vyučování, prevenci a postihu záškoláctví č.j.: 10194/2002-14.

Metodický pokyn k zajištění bezpečnosti ochrany zdraví dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních zřizovaných MŠMT, č.j. 37 014/2005-25.

Metodické doporučení k bezpečnosti žáků a studentů ve školách a školských zařízeních: Minimální standard bezpečnosti, č.j.: 1981/5015-1.

Metodické doporučení pro práci s Individuálním výchovným programem v rámci řešení rizikového chování žáků, č.j. MSMT-43301/2013.

Metodické doporučení ke zřízení funkce asistenta pedagoga, č. j.: MSMT-7502/2015.

Spolupráce předškolních zařízení, škol a školských zařízení s Policií ČR při prevenci a při vyšetřování kriminality dětí a mládeže a kriminality na dětech a mládeži páchané, č.j.:25884/2003-24.

Využití právních opatření při řešení problémového chování žáků na školách, MŠMT, únor 2014.

Národní strategie primární prevence rizikového chování u dětí a mládeže v působnosti ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy na období 2019-2027.

<http://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/strategie-a-koncepce-ap-msmt>

Strategie prevence rizikového chování u dětí a mládeže v Moravskoslezském kraji na období 2019-2027.

[http://verejna-sprava.kr-moravskoslezsky.cz/assets/mas/strategie\\_prevence\\_msk.pdf](http://verejna-sprava.kr-moravskoslezsky.cz/assets/mas/strategie_prevence_msk.pdf)

Národní strategie protidrogové politiky na období 2010-2018.

[http://www.vlada.cz/assets/ppov/protidrogova-politika/strategie\\_web.pdf](http://www.vlada.cz/assets/ppov/protidrogova-politika/strategie_web.pdf)

Strategie protidrogové politiky Moravskoslezského kraje na období 2015-2020

[http://verejna-sprava.kr-moravskoslezsky.cz/assets/socialni\\_oblast/strategie-markova-2015-2020\\_1.pdf](http://verejna-sprava.kr-moravskoslezsky.cz/assets/socialni_oblast/strategie-markova-2015-2020_1.pdf)

Dlouhodobý záměr vzdělávání a rozvoje vzdělávací soustavy České republiky na období 2015-2020

<http://www.msmt.cz/vzdelavani/skolstvi-v-cr/dlouhodoby-zamer-vzdelavani-a-rozvoje-vzdelavaci-soustavy-3?highlightWords=dlouhodob%C3%BD+z%C3%A1m%C4%9Br>

Příloha č. 2

**Vnější zdroje školy**

**MAGISTRÁT MĚSTA OSTRAVY**

Vedoucí OSPOD

Bc. Yveta Holubová

**Tel.:** 599 442 921, 602 653 853

holubovay@moap.ostrava.cz

**POLICIE ČR**

Oddělení prevence

krpt.prevence@pcr.cz

**PEDAGOGICKO-PSYCHOLOGICKÁ PORADNA**

Kpt. Vajdy 2656/1a,

700 30 Ostrava – Zábřeh,

Telefon: 553 810 700, 553 810 701, 733 165 151

E-mail: posta-zabreh@ppp-ostrava.cz

**KONTAKTNÍ CENTRUM**

Renarkon

Zengrova 828/69 Ostrava 70300

**Tel.:** 595 627 005, **Mob.:** 602 670 789

**TERAPEUTICKÉ CENTRUM - RENARKON**

Stojanovo nám. 1, Ostrava – Mar.Hory

Mgr. Břetislav Kantor, **tel.** 595 782 122

**DŮM NA PŮL CESTY**

Centrum sociálních služeb

Bozděchova 1792/10 Ostrava, Moravská Ostrava 70200

**Tel.:** 599 455 182, **Mob.:** 605 893 131

**INTERVENČNÍ CENTRUM**

Bílý kruh bezpečí

28. října 2556/124 Ostrava 70200

**Tel.:** 597 489 207, **Mob.:** 739 449 275

## **KRIZOVÉ CENTRUM**

Ruská 94/29 Ostrava-Vítkovice 70300  
**Tel.:** 596 110 882-3, **Mob.:** 732 957 193

## **NÍZKOPRAHOVÁ ZAŘÍZENÍ PRO DĚTI A MLÁDEŽ**

Armáda spásy

Palackého 741/25 Ostrava - Moravská Ostrava a Přívoz 70200  
**Tel.:** , **Mob.:** 773 770 134

Centrom, Vítkovice

Sirotčí 692/45 Ostrava 70300  
**Tel.:** 599 526 051

Pavučina

Bořivojova 620/29 Ostrava-Kunčičky 71800  
**Tel.:** , **Mob.:** 607 117 120  
[www.freeklub.cz](http://www.freeklub.cz)

## **ADIKTOLOGICKÁ PORADNA**

Arka

Sokolská tř. 2587/81 Ostrava 70200  
**Tel.:** 597 454 155, **Mob.:** 732 114 589

## **CENTRUM PRO RODINU A SOCIÁLNÍ PÉČI (poradenství, i rodinné konference ve škole)**

Kostelní náměstí 3172/1 Ostrava 72802  
**Tel.:** 552 301 417, **Mob.:** 775 244 291

## **SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBY**

Bohumínská 452/50, Ostrava – Slezská Ostrava  
599 455 181 (volat v konzult.hod.)  
[www.css-ostava.cz](http://www.css-ostava.cz)

## **LINKA BEZPEČÍ**

116 111

## **RODIČOVSKÁ LINKA**

606 021 021

## **Internetové odkazy:**

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

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

[www.e-bezpeci.cz](http://www.e-bezpeci.cz)

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

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

[www.prevence-info.cz](http://www.prevence-info.cz)

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

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

[www.zivot-bez-zavislosti.cz](http://www.zivot-bez-zavislosti.cz)

[www.socialnisluzby.ostrava.cz](http://www.socialnisluzby.ostrava.cz)