

## JAK SE SLAVIL Mezinárodní Den žen

V pátek 8. 3. jsme u nás v komunitním centru měly svátek, slavily jsme Mezinárodní den žen.

Společně jsme strávily příjemných pár hodin malováním na trička a povídáním. Některé z nás se inspirovaly symboly ženského hnutí a feminizmu, jiné si vytvářely trička podle vlastních nápadů. Při vytváření jsme si povídaly o ženách, které před více než 100 lety bojovaly za volební právo a snažily se dosáhnout alespoň formální rovnosti mezi ženami a muži. Stejně tak jsme diskutovaly a vzpomínaly na to, jak se MDŽ slavilo dřív – mazáním chlebíčků a taháním opilých manželů domů.

Majda



## Příběh Autonomního sociálního centra

Říká vám něco autonomní sociální centrum Klinika na Žižkově v Jeseniově ulici?

Některým z vás určitě ano. Pár z nás tam určitě občas navštívili nějakou tu akci nebo naopak akci Kliniky podporovali. Rozhovory či zpráv v médiích taky pár vyšlo. Klinika, osquatovaný barák fungoval cca 4 roky. Dokonce se tamní partě podařilo získat na jeden rok smlouvu se státem. Na Klinice neprobíhaly jen akce, koncerty, party či přednášky, ale byl to barák, kde mohli přenocovat různí treveleři, nejdnou tam našel pomoc člověk bez domova.

Budova Kliniky byla využívána i na různé kurzy například počítačů, angličtiny či jiných jazyků, za zmínku stojí i mamatata, dětský klub, taková herna pro mámy, táty a jejich děti nebo diskuse, workshopy na různá více či méně zajímavá témata.

Klinika šlapala podle mě pěkně, přesto jí nebyla po roce smlouva prodloužena. V tu dobu budova již patřila „Správě železniční a dopravní cestě“ a požadovala vyklizení za účelem opravení budovy nebo postavení nových kanceláří pro jejich úředníky a geodety.

Klinika se nedala! Akce na její podporu probíhaly dál. Nevydržela však bohužel věčně. Definitivně měla být budova vyklizena 10. ledna 2019. Toho dne se před Klinikou sešlo mnoho lidí, obyvatelé Kliniky, ale i její podporovatelé, na společné snídani. „Kliniku nedáme!“ bylo cítit na každém kroku.

Dorazil i pak exekutor, na první vyzvání mu nikdo Kliniky nedal. Přesto se exekutor se svojí partou do Kliniky dostali a začali ji konzervovat. Přes jisté snahy Kliniky přeci jen udržet, se v pátek poklidně opustila v doprovodu piana, který byl vyneseno ven. Kromě posledních nadšenců, kteří vylezli na střechu a drželi se tam týden. Udělali si moc hezké zázemí se zásobami jídla, a hlavně pitné vody a zvládli vydržet, i když byla pěkná zima.

Autonomní sociální centrum Klinika jsme podporovaly i my z Jako doma. Já a Helena jsme přišly udělat pár teplých palačinek. Lidem moc chutnaly. Jen exekutor a páni policajti nechtěli ochutnat.

Nejsmutnější na tom je, že budova je prázdná a nejspíš prázdnou zůstane. Kanceláře se nestaví a úředníci a geodeti, co měli být zde, našli nové zázemí kdesi v Dejvicích.

ZUZ



Další fotografie k článku z výroby triček na str. 2 ...

## Dobrý den,

Jmenuji se Kovbojka. Pracuji v nízkoprahové dílně Metráž. Tímto způsobem se chci s Vámi podělit o zážitek, který jsme společně s ženami, které navštěvují metráž, prožily.

Loni v polovině března jsme se začaly učit Leteringové písmo. Učily jsme se ho z důvodu přípravy nové kolekce s názvem „Metráž angažovaná“, která byla zaměřena proti sexismu, xenofobii, sociálnímu vyloučení a rasismu. Před těmito workshopy probíhaly i debaty na tyto témata.

Každá z nás řekla nějaké věty. Ke každé své větě jsme napsaly povídání, ze kterých nakonec vznikla knížka. Z vět, které jsme psaly na papír, se udělal výběr a ten se tiskl na látku.

Po tomto všem se uspořádala vernisáž, která se uskutečnila 23. 11. Tato vernisáž byla úspěšná.

Vaše Kovbojka



foto: Eduard Germis

## Je to tak?

Není tak úplně jednoduché říci – jsem žena, když 30 let tě všichni přesvědčují o tom, že to, co cítíš, je nesmysl – „podívej se na sebe – vždyť jsi chlap jak hora“. Jenže co oni vidí? No samozřejmě, vnější pohlavní znaky a vzhled. Ale to, co je uvnitř, to, co je uvnitř vidět nemohou. Anebo nechtějí?!

Tak, narodil jsi se a začal koukat na svět. Začal se seznamovat s okolím, začal sis uvědomovat sám sebe, své tělo. Zatím je všechno O.K. Začínáš se batolit, osahávat a ochutnávat okolní svět. Všichni jsou z toho nadšeni. Nakupují ti bačkůrky, košilky, kombinézky, všechno v tzv. chlapeckých barvách (modrá, červená atd.) a šišljají na tebe: „Ty si krásnej chlapeček“, ale tobě je to zatím šumafuk, jedinou tvou starostí je sát informace z okolí, mléko a spát. Přichází školka, „jééé, tam je Vám krásných hraček!!!“. Zaujme tě kočárek a panenka. Chceš si s nimi začít hrát, ale přichází nějaká teta a dává ti do ruky autíčko a říká: „To je krásné autíčko, vid’? To je pro kluky jako jsi ty a ne panenky.“ Nemáš z toho rozum, ale dospěláci to přece musí vědět. Neřešíš to a hraješ si s autíčkem. Ale nedá ti to. Vždyť ta panenka je tak krásná. Rodiče si toho všimnou.

Mamince to připadá trochu divné, ale přechází to s myšlenkou, že jsi prostě jemná povaha a alespoň z tebe nevyroste žádný gauner. Otec k tomu přistupuje poněkud rázněji a přihlásí tě na fotbal, hokej a drží k tobě řeč, že které chápeš akorát to, že takhle teda ne. Nastupuješ na základní školu a až do svých 14 let proplouváš bez větších problémů. Trochu závidíš dívkám jejich těla, jejich možnost začít si malovat rty, oči... Nedá ti to a když jsi sám doma usedáš před zrcadlo a neumělou ručkou na svém obličejí pár čar. Podíváš se na výsledek a v tu chvíli již začínáš tušit o čem to je.

Tušíš, že to, že tě nebaví ty tzv. chlapecké sporty a že si lépe rozumíš s děvčaty, je tím, že uvnitř, v tvém těle je uzavřena dívka, která chce ven.

Jdeš za tím, v koho máš tak nějak podvědomě důvěru, za jedním ze svých rodičů. Zkoušíš to oklikou.

„Víš, mami, mám kamaráda, který má problém.“

„Povídej“

„On má pocit, že s ním není něco v pořádku.“

Matka zpozorní.

„No, on si myslí, že není tak úplně kluk.“

„Jak to myslíš?“

„No on se cítí jako děvče.“

„To je ale blbost.“ na to máma a v jejím pohledu vidíš směs zděšení, nedůvěry, ale i pobavení. Jdeš spát s tím, že tě stejně nepochopila. Uplyne nějaký čas a mamka tě vede na místní OÚNZ.

Nesměle klepe na dveře se zvláštním nápisem - MUDr. XYZ Csc. - Dětský psycholog.

Je za nimi pán asi tak v letech tvého děda. Kvilku si s tebou povídá. Pak něco píše.

Jediné, co ti z jeho následujícího hovoru s matkou ulpívá v paměti je verdikt vpravdě lékařský: „Víte, paní XY, ten Váš kluk je nějaký divný, ale z toho vyroste.“

A léta běží. Proplouváš střední školou, přichází první lásky, první pohlavní styk, zkrátka žiješ jako každý jiný muž.

Až na to, že ty víš...

Pavla

## DIVADLO UTLAČOVANÝCH

Divadlo utlačovaných je divadelní technika popisovaná jako divadlo neherců pro nediváky. Já jsem se s tím setkala poprvé jako divák na přestavení ostravského ASLIDA (Akční skupina lidí bez domova). Tématem tohoto představení byly úřady a lidé v sociální tísní.

Za můj život jsem poté absolvovala ještě několikrát další představení divadla utlačovaných. Témata byla různá například ženy a násilí. Některé hry se mi líbily více, některé méně, ale asi bych lhala, kdybych tvrdila, že mě to hned na poprvé zaujalo.

Toho času jsem byla pouze divákem. O přípravě a následných zkouškách jsem toho moc nevěděla, jen něco málo z vyprávění o tom, co to vlastně doopravdy je a tak!

Než začnu povídat o vlastní zkušenosti z pozice neherečky v divadle utlačovaných, měla bych asi o tomto druhu divadla povědět trochu víc.

Divadlo je divadelní metoda, kterou vytvořil na přelomu 60. a 70. let divadelník Augusto Boal. Jedná se o propojení skutečných životních zkušeností a příběhů či reálných situací s divadelní technikou určenou k práci s lidmi s osobní zkušeností s nějakou formou útlu (například Romové, senioři, lidé s duševním onemocněním, lidé v sociální tísní, ženy se zkušeností s násilím a další ohrožené skupiny lidí). Tato technika směřuje k reflexi zažité situace a následně k hledání možného řešení, které by vedlo ke změně.

Naše režisérky a dramaturgyně už měly zkušenost s různými skupinami před námi. Hned první setkání bylo velmi příjemné. Začaly jsme se setkávat a vytvářet divadelní představení někdy v létě, během prvních setkání se skupina tak nějak tvarovala a měnila. Někdo přicházel, někdo odcházel. Hodně jsme si povídaly, poznávaly se navzájem, a tak trochu otevíraly části svých životů.

Pak už se skupina asi deseti žen ustálila a my pomalu začaly vytvářet jeden divadelní příběh, v kterém byl kousek každé z nás. Během zkoušek, které byly z počátku jednou za týden a následně se zintenzívněly v důsledku blížící se premiéry, jsme hrály různé hry a cvičení zaměřené na uvolnění, zábavu, rozvoj představivosti, poznávání sama sebe či skupiny, dále jsme si osahávaly základní divadelní dovednosti, prostě vše, abychom se ve skupině společně sehrály.

Někdy to bylo velmi dynamické, jindy jsme se zase nasmály. Hodně času jsme věnovaly tvorbě příběhu, který byl tvořen z našich společných problémů spojených tématy žena, chudoba, ulice a osobních zkušeností, tráblů (závislosti prostituce), zážitků a bolístek z ulice.

Jak jsem psala na začátku při prvním setkání s touto metodou mě divadlo utlačovaných zas nějak moc nezaujalo, ale poté, co jsem si prošla celou přípravou, změnila jsem pohled.

Hry a cvičení byly mnohokrát hodně zajímavé. Líbily se mi skupinové cvičení, propojení ve skupině, učení se důvěře, blízkosti, tak trochu si ve skupině najít svoje vlastní místo, více poznat a pochopit ostatní spoluherečky.

Nebo prostě zjistit, že slovo moc může pro každou z nás znamenat něco jiného... pro někoho sílu, pro někoho velikost a pro někoho třeba pomoc či podporu nebo dokonce humor. Která moc je tedy vlastně mocnější?? Těžko říct, ale ani to není důležité. Důležité je, že se nám podařilo nakonec vytvořit krátké, ale hezké představení, kde se odehrávají kousky našich životů. Mohly jsme se potkávat, poznávat lépe jednu druhou, zažily jsme hezké společné chvíle a načerpaly jsme nové zážitky.

Bylo i pár představení a myslím, že se líbily. Těším se na další setkání a třeba i další představení!!

Zuzka



# MDŽ – Mezinárodní den žen

Již nepatřím do generace, která si ještě živě vybavuje oslavy MDŽ za reálného socialismu, pamatují si naopak jen viditelnou nechuť v očích svých rodičů, když přišel 8. březen a ostentativní potřeba se proti němu vymezit, ani chlebičky, ani kytky se na našem stole nikdy v souvislosti s tímto dnem neobjevily. V souvislosti s tím mi přijde důležité si zopakovat, jak takový Mezinárodní den žen vzniknul, proč bylo a stále je důležité tento svátek slavít, ne s růží v ruce, ale naopak jako připomenutí boje za rovnou práva žen a mužů, za emancipaci všech žen!

Mezinárodní den žen není odkaz, který tu zanechal reálný socialismus či státní kapitalismus či jak minulá době říkat, je to vzpomínka na švadlenu z New Yorku, která se v roce 1908, jako i v jiných koutech světa, rozhodly postavit vsudypřítomné nerovnosti, která plynula z faktu, že někdo je muž a někdo je žena. Švadlenu se vydaly do ulic stávkovat za lepší pracovní podmínky, ale i za politická a hospodářská práva pro ženy, ústředním tématem se stalo volební právo. Proč se zvolil zrovna 8. březen? Samotné datum upomíná velkou ženskou demonstraci proti 1. světové válce, která se uskutečnila 23. února 1917 v Petrohradě. Proč se tedy neslaví svátek 23. února? Dle gregoriánského kalendáře se totiž jedná o 8. březen, takový malý figl.

Proč ale slavít MDŽ dnes. Sice již ve většině států ženy mohou volit, sice se rovnost žen a mužů tematizuje stále s větší intenzitou, patriarchální uspořádání společnosti je ale tak hluboko zakoreněné v každém z nás a v mechanismech společnosti, že nelze říci, že je ona proklamovaná rovnost mezi pohlívatími reálná.

Proto přeji všem ženám hezký mezinárodní den, který je jen jejich, ženám, které onu nerovnost a nespravedlnost zažívají každý den. Především pak ženám, které se nacházejí v tíživé životní situaci, protože na ně dopadá nerovnost všeho druhu s největší intenzitou!!



Hezký MDŽ Lída

Autorka ilustrace: Kateřina Kozáková

# 8. března MDŽ – Mezinárodní den žen

Je sice konec ledna, ale já bych chtěla připomenout svátek v březnu, který vynikl za komunistického režimu. Je to svátek žen, MDŽ. Vzpomínám si, že jako děti jsme týdny před 8. březnem na výtvarné a pracovní výchově vytvářely něco pro maminky. Ať to byly srdíčka nebo přáníčka vždycky to bylo intenzivní a všichni jsme se snažili. Také pamatují, že muži chodili s květinami v pozdních hodinách, kdy se doma vymlouvali, že museli slavít. Dnes je to jiné, už není tolik výmluv. Nejedna žena, která navštěvuje komunitní centrum jako doma, ztratila muže, děti, a hlavně i domov. Proto chci touto cestou všem ženám za všechny popřát k tomuto dni. Přeji jim hodně vydařených dnů a obdivuji i jejich trpělivost, a hlavně odvahu jít dál. Je to smutné, že těmto ženám nikdo nepřinese kytku nebo srdíčko, na které se ženy dříve (hlavně za komunistického režimu) týdny těšily.

Hodně zdaru a úspěchů ve vašem životě přeje

BB

# MÁM JEDINÉ DÍTĚ

Bylo mu osm let a hrál si s kamarády na ulici, která byla slepá a byl tam zákaz vjezdu. Opilý řidič tam i přes to vjel plnou rychlostí. Můj syn měl zlomenou pánev, kyčel a ořez mozků. Páťer našťásti „jen“ naraženou, několik milimetrů od míchy. Čekala jsem na schodech do půlnoci, pan doktor mi nedávala moc velkou naději. Naštěstí se spltil. Nevěděli ale, zdali bude chodit. Byl v takzvaném kovovém hnízde několik neděl. Modlila jsem se od rána do večera, aby to dobře dopadlo.

Propustili ho a musel chodit o berličích. Když se doktorka uvolila a slibila, že syna pohlídá, šla jsem do práce. Když jsem se vracela, tak jsem ho načapala na dětském hřišti, berle opřené o strom, jak hraje fotbal. Řádila jsem. Pomalou šel o berličkách domů. Puberták jeden!!

Nařknul mě, že z něho dělám mrzáka a pak dodal: „Takhle by ses ke mně nechovala, kdyby mě nesrazilo auto.“ Na to konto jsem vyhledala opravdu zlatého lékáře, který ho odoperoval a vše jsem mu vyličila. Usmál se a na mě bédování odpověděl: „Nejste ani první, ani poslední. Já ho dám na hlidání do Kladrub, nechte ho tam a přijďte za ním až tak za týden.“

Pracovala jsem zrovna tam, kde se vyráběly nejlepší lahůdky. Za týden jsem tedy objednala lahůdky, kolegyně řekla, že toho nachystají více, bylo jich na pokoji totiž dvánáct. Můj kolega mě tam odvezl autem. Přišla jsem na pokoj a chlapi z mohutné donášky lahůdek přímo jásalí, uherák, mini-dezerty, chlebičky, a ještě mnoho dalšího, co už si nepamatují. Můj kolega, který mě k ozdravně odvezl autem, se šel podívat k lůžku jednoho krásného chlapce a souseď na něj volal: „Dej mu něco z těch lahůdek do pusy, on nemá ruce.“ Nějak se k tomu neměl, tak přišla sestřička a nakrmila ho. Kolega (přesně můj šéf) se vrátil do auta a čekal na mě. Když jsem se do auta vrátila, přistihla jsem ho, jak pláče. Mně bylo také špatně. Během mě návštěvy na pokoj zavolali pacientku malou Anežku, která jezdila na invalidním vozíku. Bylo jí devět, stejně jako mému synovi, neměla nohy. Když jednou ješla do školy, spadla pod viak.

Šla jsem se před odjezdem ještě rozloučit se synem a on mě prosil: „Maminko, odpusť mi to, vem mě domů, zjistil jsem, že mi nic moc není proti těmto novým kamarádům.“

Ošetřující pan doktor se usmíval a napsal mi propustku.

Syn byl jako vyměněný!

Eva

# Oslavy MDŽ, tak trochu jinak

V pátek se konal demonstrační pochod, který měl za cíl upozornit na stále přítomnou nerovnost mezi muži a ženami. Tento rok se slaví sto let výročí od prvních voleb v Československu, kde svůj hlas mohly vyjádřit také ženy. To je samozřejmě významná událost, ale někdy by mohl odvětit, k čemu je nám volební hlas, když stále čelíme každodenním nespravedlnostem, větší míře násilí nebo za stejnou práci stále dostáváme v průměru nižší mzdu než muži! Feminismus je pro všechny, jak pro ženy, tak pro muže, o tom žádná, ale taková ženská solidarita je někdy k nezaplacení! Druhý den 9. 3. se konala tzv. Feministická sobota, během které probíhaly přednášky či workshopy na různá témata. Nechyběly ani zahraniční hostky z Ekvádoru a Lipska, které jsou součástí pomocné sítě zprostředkující potrat ženám, které k němu mají přístup omezen nebo úplně znemožněn. Situace v Ekvádoru je například taková, že potrat je prakticky nelegální, legálním se stává pouze ve dvou případech a to, když je žena mentálně postižená nebo když je život ženy v ohrožení, ale v tomto případě musí s potratem souhlasit celá rodina, jestliže s ním alespoň jeden člen nesouhlasí, ženě je potrat odepřán. Proto vznikla skupina aktivistů a aktivistek, které provozují hot linku, kde celý den radí ženám, jak potratit doma, což je nebezpečné!! Ale mnoho žen v této oblasti prostě jinou možnost nemají. U nás je například jiný než oficiální způsob zakázán.

Autorka ilustrace: Marie Novotná

# Potravinová banka

Zavolala mi Zuzka, zda bych nemohla sehnat auto a dojet pro potravinovou banku. Zrovna jsem skončila v práci, tak jsem využila nové získaný volný čas a zhostila jsem se od kamaráda auto, protože JD auto bylo zrovna zaneprázdněné. Ke svému překvapení jsem si půjčila dodávku, asi jsem se měla dopředu zeptat. Ale co, řídit dodávku mě baví, a tak jsem ve čtvrtek ráno nasedala do káry a vyrazila směr Praha Zdíby.

Ke svému překvapení jsem místo, kde potravinová banka sídlí, našla na první dobrou. Auto jsem zaparkovala u rampy a s velkým očekáváním jsem vyčkávala, jaký druh jídla budu moc odvést do komunitního centra. K mému překvapení jsem zjistila, že hlavní přebytečnou komoditou je mražená pizza. Auto bylo velké, tak jsem neměla moc zábrany. Jiného druhu jídla bylo poskrovnu, tak jsem vzala pizz hodně. Během celého procesu jsem si říkala, jestli se pizzy využijí a vlastně, kde se budou skladovat. Ale v očích jsem viděla jen hojnost, která se přede mnou v podobě řad pizz objevila a moje pochybnosti jsem zahnala s myšlenkou, že se to nějak vyřeší.

Když jsem dorazila ke komunitnímu centru, Helenka přesně okomentovala: „Co těm holkám budeme dávat...“

Potravinové banky jsou skvělým pokusem, jak vyřešit jednu z absurdností plynoucí z fungování naší společnosti. Na jedné straně stojí nesmyslné množství přebyteků (nejen tedy jídla, ale v tomto případě převážně potravin), který každý den končí v popelnicích a na druhé straně tisíce lidí, kteří v kapse obrací každou korunu. Čítáte tu bizarnost? Nějak mi to mozek nebere, ale to je jen, jak se říká, špička ledovce. A ano, potravinové banky se snaží alespoň trochu té absurdity ubrat, trochu těch přebyteků přesunout do míst, kde se jistojistě využijí. Bohužel volná ruka trhu způsobuje, že se někdy stane, že prostě nabídka je o hodně vyšší než poptávka a máme tady stovky pizz!

Bylo by skvělé, kdyby existovala nějaká organizace nebo platforma, která by shromažďovala informace o přebytecích, kterých je všude plno a zároveň ony přebytky dovážela dle potřeby na místa, kde je nedostatek. To jen takový nápad.

Úplně nakonec bych si chtěla postěžovat nad zamčenými popelnicemi u supermarketů nebo dokonce politým jídlem nějakým keklm, aby někdo náhodou vyhozené jídlo nevzal a nedejbože ho třeba snědl. Tak to je asi ve zkratce celý.

Lída

PREŠEPTÁNA V RYTMU

OPAKUJÍCÍCH SE KVÍTKŮ

ŠÁTKU SVÁTEČNÍHO.

NE VŠAK K NEBL,

TA VŮNĚ SLADCE TÍHNE JEN A JEN OLU, K ZEMI.

D

USTRNULA MODLITBA ...A V BALADĚ

ČÍSTI ÚZKOST CHOULÍ SE,

ABY PŘÍMKLA SE K NADĚJI JEŠTĚ BLÍŽ.

...A BALADA

V BALADĚ ZVOLNA

UŠÍNÁ...

...POD PRSTY

USTRNULA MODLITBA PREŠEPTÁNA V RYTMU

OPAKUJÍCÍCH SE KVÍTKŮ OKRAJE ŠÁTKU SVÁTEČNÍHO

Z MODROTISKU ŠÁTEK ZAS

UKLÁDÁM.

autorka textu a ilustrace Jana



mladá Nataša



Nataša se svojí sestrou

# Vlčice

*Vlčice nikdy nežila, jak kázal mrav, vždy cítila vlastní pravidla, však jednou nastal zvrát a svět otevřel zloby stavidla. Práv zloby dopadl v plné síle a ona přišla o krásné chvíle, které zrovna prožívala. Nastala dlouhá temná noc, bylo toho na ni moc, nechtěla již dále žít, chtěla jen už klid navždy mít. Znala jen strach a lítost pak náhle zjevila se bytost, jež ji z temnot vyvedla. Dala jí zas naději. A vlčice začala nabírat sílu, i přiložila ruce k dílu. Svět jí opět celý patří, pro ten okamžik, kdy bytost spatří. Pro ty krásné chvíle, kdy poblíž ní může být, stojí peči za to žít. Již je zas tou starou vlčicí a minulost jí neníčí.*

Pavla

# FEMINISTICKÁ SOBOTA

## 9.3.

### REPRODUKČNÍ PRÁVA

### TĚLESNÁ AUTONOMIE



Nataša, dne 1.2. 2019



**Místní místním** je iniciativa, která sdružuje podniky v Praze, které jsou ochotni nabídnout vybrané služby lidem ze sociálně vyloučených skupin.

*Jak ony podniky poznat?*

Kavárny, bistra či obchody mají na dveřích vylepenou značku symbolizující služby, které zadarmo poskytují. Které podniky tyto služby například poskytují? Bistro Střecha, Přestupní stanice, Kavárna Potrvá, Čekárna či Obývák studia Alta.



**Podniky otevřené lidem v nouzi**



## KOMUNITNÍ CENTRUM JAKO DOMA

Pobřežní 8, Praha Florenc

Co Vás v centru čeká?

V **pondělky od 17h** nás Olga učí **angličtinu**, věnuje se úplným začátečnicím a potom i pokročilejším. We can do it! Let's go:)

V **úterky od 15h** je možnost navštěvovat **počítačový kurz s Romčou**, kde se probírají základy a kdo co se potřebuje naučit.

V **úterý 12. 3. od 17:00 do 20:00** nás čeká úvodní setkání ke **kurzu pro peer pracovníce** (ženy se zkušeností s bezdomovectvím), který se bude konat pravidelně v úterky. Anička nás ve 14 setkáních provede různými tématy sociální práce, těšíme se.

Od **středy 27. 3. od 15:30 do 16:30** se jednou za 14 dní bude konat **kurz sebeobrany** (10 lekcí) s Bářou a Gabčou. Kapacita je omezená, pojď do toho, naučme se bránit!

Od **čtvrťky 28. 3. od 18:00** bude jednou za 14 dní probíhat **arteterapie** (společné podívání a malování) celkem v 7 setkáních, takže pokud Tě baví malování a chceš se o sobě třeba něco dozvědět, tak se neváhej přihlásit!

Každé **úterý a čtvrtek od 15:00 do 18:00** probíhají **společné aktivity**, je možnost z vln a látek uplést či ušít například povlak na polštář, čepici apod., společně se dívat na film, vyrábět, hrát deskové hry, nebo přijít s jiným nápadem.

Plánujeme zase pravidelně jógu, kdybyste měli zájem o další kurz, vzdělávání, workshop, řekněte nám to.

**Během března a dubna 28.3., 4.4. a 11.4.** budou probíhat **JARNÍ JARMARKY**, kde bude možno nakoupením výrobků, které ženy v komunitním centru vyrobily, podpořit aktivitu Jako doma.

Změna programu vyhrazena.



## PŘIJĎTE NA SETKÁNÍ ASLIDA (Asociace lidí pro domov)!

*O co se jedná?*

*Jsme skupina lidí se zkušeností s bezdomovectvím.*

*Myslíme si, že každý člověk má právo na důstojný život, DŮSTOJNÉ BYDLENÍ. Naše skupina slouží jako prostor, kde se můžeme jako lidé s přímou zkušeností se životem na ulici či v sociálním vyloučení k problematice bezdomovectví vyjadřovat, konečně se nás někdo ptá, co potřebujeme.*

**Jednou za 14 dní v pondělí se scházíme od 18:00 v prostorách komunitního centra Jako doma, další schůzka bude 1. dubna!!**

*Doraz, třeba konečně vymyslíme, co dělat, aby nám tady bylo společně alespoň o trochu lépe!!*

## TEPLÉ JÍDLO ZDARMA říjen - červen

PRO VŠECHNY  
BEZ ROZDÍLU



misky a lžíce s sebou!

**STŘEDA + NEDĚLE → 16:00**

náměstí Churchilla, Žižkov

**PÁTEK → 17:30**

**SOBOTA → 16:00**

nádraží Holešovice

**FOOD-NOT-BOMBS.CZ**

Bezdomoviny vydává Jako doma – Homelike, o. p. s., 2019

**Kontakt:** www.jakodoma.org, info@jakodoma.org

**Do novin přispěly:** Eva, Nataša, Boženka, Pavla, Jana, Zuzka, Kovbojka, Lída, Lada, Majda, Káča

**Grafiku udělala:** Jitka Pročková

**Texty přečetla a chyby opravila:** Ludmila Böhmová

**Náklad:** 1000 výtisků



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
OP Praha – pól růstu ČR

