

## TÉMA

# Samoživitelé živoří kvůli vysokým cenám i covidu. Pomoc hledají u nadací i státu

Jsou vyčerpaní, na všech-  
no zůstali sami, nemohou  
vyjít s penězi a často se  
pohybují pod hranici chu-  
doby. Rodiče samoživitelé.  
Podle expertů z projektu  
Neviditelní jde o další so-  
ciální skupinu, která pro-  
padá státním systémem  
pomoci.

## Seriál

ZUZANA HRONOVÁ

**O**samělí rodiče pečující o ne-  
dospělé děti  
disponují pouze  
jedním pří-  
jmem. Nemají často nikoho,  
kdo by jim pomohl s výdaji,  
domácností nebo péčí o děti.  
Nemohou tak najít ani něja-  
kou dobře placenou práci,  
patří proto spíše do nízkopří-  
jmové skupiny. „Domácnosti  
vedené samoživiteli, zejména  
potom rozvedenými ženami,  
vykazují jedny z nejnižších  
příjmů přepočtených na jednoho  
člena domácnosti. Jejich roční  
rozpočet je o 53 tisíc korun  
nižší, než kdyby vychovávali  
děti s partnerem,“ uvedl šéf  
Centra ekonomických a trž-  
ních analýz Aleš Rod.  
Samoživitelé se proto omezu-  
jí jen na to nejnutenější a  
nemají žádnou finanční re-  
zervu. Sami sebe, své zdraví  
a potřeby kladou až na poslední  
místo. Jakékoliv neočekávané  
výdaje nebo výpadky v příjmech  
mohou mít fatální důsledky.  
Situaci navíc často komplikují  
problémy s vymáháním  
dlužného výživného.

## VLNA ZDRAŽOVÁNÍ

Pandemie postavení samo-  
živitelů výrazně zhoršila.  
Zavřené školky a školy ještě  
více omezily možnosti obživ-  
vy. Místo práce se museli  
starat o děti. Ti, kdo pracovali  
na dohodu, pak třeba neměli  
ani nárok na ošetřovné. Na-  
opak je kvůli distanční výuce  
čekaly často výdaje navíc.  
„Evidujeme zvýšený počet  
žádostí o finanční a materi-

## Samoživitelé v České republice

» Osamělí rodiče vedou  
210 000 českých  
domácností.

» Starají se o více  
než 336 000 dětí.

» 90 % osamělých  
rodičů jsou ženy.

» Pod hranici chudoby  
je kolem 40 %  
samoživitelů.

» Stát stojí péče o tuto  
skupinu až 25,9 miliardy  
korun ročně.

### KAM SE OBRÁTIT O POMOC:

#### Klub svobodných matek

Rodinám samoživitelů poskytuje finanční,  
materiální a odbornou právní pomoc. Pomá-  
há s financemi na zajištění potravin a nákladů  
na bydlení, dětem přispívá na obědy ve škol-  
kách a školách, letní tábory a vánoční dárky.  
„Příjemci pomoci jsou důkladně prověřováni,  
spolupracujeme s terénními sociálními pra-  
covníky, azylovými domy a pobočkami úřadu  
práce,“ uvádí Klub na svých stránkách.

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

#### Asociace neúplných rodin

Zaměřuje se především na asistenci při  
vymáhání alimentů na děti matek samoživi-  
telek. Vše je zdarma, včetně služeb advokáta  
či exekutora. Radí také, jak se bránit, když  
bývalý partner skrývá své peníze a majetek,  
jak získat pomoc v hmotné nouzi, přídavky na  
děti a další sociální dávky.

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

#### Fandí mámám

Jde o dobročinný projekt na podporu samoživi-  
telek. Cílem projektu je zajistit jim materiální pomoc,  
tedy věci, na které jim nezbývají finance – od nové  
aktivky přes potraviny po nábytek, zaplatit lze  
i zájmový kroužek. Maminkám nabízí ve spolupráci  
se spřátelenými organizacemi také odborné po-  
radenství v oblastech, jako je vymáhání alimentů,  
pomoc při shánění práce nebo při řešení právních  
záležitostí.

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

#### Patron dětí

Jde o charitativní projekt, jehož smyslem  
je pomáhat zdravotně a sociálně znevýhodněným  
dětem a jejich rodinám. Na svých stránkách zveřejňuje  
příběhy dětí a vybírá peníze na jejich zdravotní  
pomůcky, rehabilitace, ale také třeba na  
školní obědy nebo zájmové kroužky.

[patrondeti.cz](http://patrondeti.cz)

FOTO: SHUTTERSTOCK

ální pomoc ze strany samo-  
živitelů už třetím rokem, te-  
dy od doby vypuknutí pan-  
demie,“ potvrdila ředitelka  
Klubu svobodných matek  
Dana Pavlousková.

Složitá situace pokračovala  
i v roce 2022, kdy napjaté  
rozpočty musely ustát prud-  
ký růst cen potravin a ener-  
gií. „Za poslední půlrok jsme  
zaznamenali historicky nej-  
větší zájem o přihlášení sa-  
moživitelů do našeho pro-  
jektu. Nejčastějším důvodem  
byly právě vnější faktory ja-  
ko zdražování a energetická  
krize,“ sdělila spoluzaklada-  
telka projektu Fandí mámám  
Žaneta Slámová. Projekt se  
zabývá materiální pomocí  
a poradenstvím matkám sa-  
moživitelkám.

„Vloni jsme zaznamenali  
vůbec největší nárůst. Před-  
běžně vyčíslená pomoc naší  
organizace přesáhla za mi-  
nulý rok rekordních 11,5 mi-  
lionu korun,“ potvrdila trend  
také Pavlousková. Její Klub  
svobodných matek na zhor-

šující se situaci neúplných  
rodin reagoval tím, že navýšil  
svou částku finanční pomoci.  
Snaží se jim přispívat až pat-  
nácti tisíci korunami na ná-  
jem a energie a až pět tisíců  
na potraviny. Samoživitelé  
v nouzi mohou o pomoc žá-  
dat opakovaně, nejdříve  
ovšem tři měsíce od poslední  
poskytnuté pomoci.

Počet žádajících o pomoc  
se zvýšil před Vánocemi, kdy  
maminky řešily, z čeho bu-  
dou svátky financovat. „Sa-  
moživitelky často vyčerpaly  
své rezervy už v průběhu co-

vidu. Příchod další ekono-  
mické krize je dostal až na  
hranici chudoby, ačkoli  
svou situaci do té doby zvlá-  
daly,“ pokračovala Slámová.

## ŽIVOT VE STRESU

Expert z projektu Neviditel-  
ní také připomněl, že fi-  
nanční nejistota není to je-  
diné, co singl rodiče trápí.  
K finančním problémům se  
totiž přidává i citové strádání  
způsobené stresem, zvýše-  
ným tlakem na jednotlivce,  
nedostatkem odpočinku  
a také chybějícími zdroji, ji-

miž by si zlepšili kvalitu ži-  
vota. Samoživitelky většinou  
nejezdí s dětmi na víkendy,  
na dovolenou či nevyrazí na  
kulturní a společenské  
akce. „Zažívají pocity viny  
a životního selhání. Za svou  
situaci se mnohdy stydí. Ne-  
mají odvahu říci si o pomoc  
anebo to neumí, a tak se ra-  
ději snaží s problémy vypo-  
řádat samy,“ popsala psy-  
choložka Kateřina Brikciová.

Jednorázová materiální  
a finanční podpora jim po-  
může jen přelstít ob-  
zvláště složitý okamžik, ne-  
vyřeší ale jejich potíže dlou-  
hodobě. Podle Slámové  
z Fandí mámám by pomohlo  
podpořit zaměstnávání sa-  
moživitelů a jejich zvýhod-  
nění u zaměstnavatelů, stej-  
ně jako zajistit jim hlídání  
dětí. „Také bychom vítali  
změnu v případě samoživi-  
telek, které pobírají dávky  
a v případě přivýdělků by o  
ně přišly. Systém státní po-  
pory nám přijde zacyklený,  
nedává matkám velkou šanci

## Pomoc v hmotné nouzi

Systém pomoci v hmotné nouzi má podle ministerstva práce  
a sociálních věcí **motivovat k aktivní snaze zlepšit svou situaci  
a zvýšit si příjem primárně vlastní prací.** „Zákon o pomoci  
v hmotné nouzi proto některé druhy příjmů nezahrnuje v jejich cel-  
kové výši. Jedná se zejména o příjmy ze závislé činnosti, které jsou  
započítány pouze ze sedmdesáti procent podobně jako příjmy z  
důchodů. Vychází se z principu, že **kdo pracuje, měl by se mít lé-  
pe, než kdyby byl nezaměstnaný,**“ uvedl mluvčí ministerstva Ja-  
kub Augusta. Účelem dávek pomoci v hmotné nouzi je podle něj  
**pomoc se zajištěním základních životních potřeb v situacích,  
kdy jiné řešení není možné.**

## Nemocná žena vychovává čtyři děti. Na dávky ale spoléhat nechce

ZUZANA HRONOVÁ

**G**abriela (34) sama vychovává  
čtyři děti, včetně jednoho posti-  
ženého. Přišla o práci a dávky  
s výživným jí nepokryly všechny  
náklady. Nyní proto nastupuje  
do nového zaměstnání, ačkoliv řeší onkolo-  
gické i psychické potíže.

S prvním partnerem se poznala na hřišti,  
protože oba hráli fotbal. Jejich vztah trval  
šestnáct let a mají z něj tři syny: Sebastiana  
(17), Pavla (14) Matěje (11). Rozešli se kvůli  
partnerově gamblerství. Gabriela potom za-  
čala žít s mužem, jehož zná od dětství a měla  
s ním dceru Emmu (3). Vztah trval pět let.  
Skončil před více než rokem, protože partner  
pil alkohol a bil jí i děti. „Prosila jsem  
o pomoc i terénní pracovníci, snažila jsem se  
vztah udržet a chtěla jsem, aby se partner  
léčil. Když došlo k útoky na mě a děti, mu-  
sela jsem se vztahu odejít,“ líčí žena.

Pracovala jako projektová manažerka,  
a aby zvládla uživit všechny čtyři potomky,  
přivydělávala si úklidem. O manažerskou  
pozici však přišla v době covidu, zbylo jí

pouze uklízení brzy ráno a večer. Všechny  
své úspory rozpustila v nájemném. Aby jí  
toho osud nenaložil málo, syn Pavel trpí  
mozkovou obrnou a jí samotné se nedávno  
vrátilo problémy s rakovinou. Pobírala dá-  
vky v hmotné nouzi, ale nyní jejich čerpání  
ukončuje. „Dávky umožňují pouze přežít.  
Při rostoucích cenách nájmu, energií  
i potravin s nimi nemohu jako sa-  
moživitelka vyjít,“ říká. Rozhodla  
se proto najít si novou práci  
i přesto, že jí nedávno lékař  
odhalil další prekarcinom  
a bude se muset znovu léčit.  
„Jsem v nájmu, starám se sa-  
ma o čtyři děti a všechno se  
stále zdražuje. Nemám na vý-  
běh,“ vysvětluje.

O dávky pomoci v hmotné  
nouzi usilovala půl roku, než vše  
vypapírovala. Situaci jí prý komplikoval  
fakt, že je Slovenka, a tedy cizinka. Stát jí  
vypočítal dávky ve výši šestnáct tisíc korun  
měsíčně, ale nájem jí stojí dvacet tisíc. K to-  
mu dostává výživné na tři syny ve výši  
5200 korun a 2500 na dceru. „Jenže to jsou

v dnešní době směšné sumy, když z toho  
máte platit třeba i školku pro malou nebo  
zdravotní pomůcky pro postiženého syna,“  
popisuje.

Každý měsíc se snažila nějak vyjít, nepře-  
konatelný problém pro ni však znamenaly  
mimořádné výdaje. „Například nedávno  
nám praskla palanda. A já samozřejmě  
nemám sedm tisíc navíc. Tehdy mě  
zachránily finance od Fandí  
mámám. Projekt mi pomohl  
i se zaplacením vánočních  
výdajů. Nebyť nadací, nevím,  
co bych si počala, protože  
můj účet už je v minusu,“  
vypráví.

Rozhodla se proto najít si  
novou práci, což ale nebylo pro  
matku samoživitelku od čtyř  
dětí jednoduché. Naštěstí jí jedna  
z nadací nabídla pomáhat v jejich  
e-shopu a prodávat oblečení pro děti v jejich  
nově otevřeném prodejně.

Problémy ve vztahu a později enormní  
stres, jak zvládne sama uživit rodinu, se po-  
depsaly na jejím fyzickém i psychickém

zdraví. Dodnes dochází za psychologičkou.  
Ta jí prý radí, aby nepracovala a odpo-  
čívala, jinak to její tělo nezvládne. „Ale já  
opravdu nemám jinou možnost,“ říká Gab-  
riela. Velký stres zažívala i jako projektová  
manažerka. Ten jí, jak sama věří, při prodá-  
vání dětského oblečení odpadne. „Nechci  
být v dluhích a nechci se pořád doprošovat  
nadací. Ale nechci také stále omezovat své  
děti a říkat jim, co všechno si nemůžeme  
dovolit,“ uzavírá samoživitelka.

## Seriál Neviditelní

- Redakce Deník.cz přichází se **seriálem Nevi-  
ditelní**. Spojila v něm síly se stejnojmenným  
projektem, který se snaží upozornit na různé  
skupiny Čechů propadávajících systémem ve-  
řejné pomoci a **zlepšit jejich situaci**.
- Je jich **1,3 milionu** a jsou pro systém zkrátka  
neviditelní.
- O podporu se **nemohou či neumí přihlásit**  
nebo se prostě stydí.
- Každý týden vás seznámí s další skupinou lidí  
**vyčleněných ze společnosti**.

„Nechci  
být v dluhích  
a nechci se pořád  
doprošovat nadací.  
Ale nechci také stále  
omezovat své děti  
a říkat jim, co všech-  
no si nemůžeme  
dovolit.“



ZDROJ: NEVIDITELNI.CZ