



ZPRAVODAJ

ÚVODNÍK

JARO 2019

Milí čtenáři,

přinášíme první číslo Zpravodaje letošního roku, které vznikalo ještě v zimních měsících, ale vychází již během příjemně teplých jarních dnů.

Co tu pro vás máme?

Shromáždili jsme dohromady několik ohlasů vzdělávacích akcí, ale i tipů na zdroje inspirativní četby - tentokrát o Feldenkreisově metodě v souvislosti s dechem a hlasem a o možnostech rozvoje dětí hrou.

Referujeme také zčerstva o tématu, které pro vás může být prakticky využitelné, a to o Lince EDA. Nyní už i vy budete vědět, že na ni můžete také volat, psát či chatovat.

V rubrice Samodomo tentokrát nabízíme několik drobností pro rozvoj či pohodu vašich dětí, které není nijak složité vytvořit si z domácích zdrojů a v domácím prostředí.

Dále přinášíme aktuální informace o navýšení příspěvku na péči i doporučení, jak jednoduše zvládnout nákup pomůcek Firefly z Anglie.

Na naše pracoviště pravidelně zavítají také stážisté a studenti. Jaké to je a co vše je u nás v této roli možné zažít? O tom si můžete přečíst přímo z pera poslední studentky na praxi.

Víte, co se děje v ATC (ARMANDI THERAPY CLINIC)? Někdo z vás je již možná pravidelným klientem, někdo by třeba rád nahlédl pod pokličku. Přinášíme malou reportáž z místa, kde působí naše bývalá kolegyně v roli ergoterapeutky, která se specializuje na senzoryckou integraci.

Čerpáme informace z mnohých zahraničních zdrojů, webových i facebookových stránek, při té příležitosti jsme objevili ilustrativní obrázek o důležitosti vertikalizace, ten se shrnutím výhod polohování do stoje přinášíme i vám.

Mnoho inspirace a radosti nejen při čtení Zpravodaje
přeje za tým Rané péče Diakonie

*Alice Pexiederová
poradkyně rané péče*

VZDĚLÁVÁME SE

- [KONFERENCE RECEPTIVNÍ KOMUNIKACE](#)
- [S FELDENKREISEM ZPĚT DO KOJENECKÉHO OBDOBÍ](#)
- [S FELDENKREISEM ZPĚT DO KOJENECKÉHO OBDOBÍ II](#)
- [PETRA OSWALDOVÁ - FELDENKRAIS, dech & hlas](#)

TIPY Z RANÉ PÉČE

- [LINKA EDA](#)
- [NA NÁVŠTĚVĚ V ARMANDI CLINIC](#)
- [NÁKUP POMŮCEK FIREFLY](#)
- [PROČ DĚTI VERTIKALIZOVAT](#)

NOVINKY

- [ZVÝŠENÍ PŘÍSPĚVKU NA PÉČI](#)
- [ROZRŮSTÁNÍ TÝMU RANÉ PÉČE](#)
- [POZDRAV OD KOLEGYŇ Z ÚSTECKÉHO KRAJE](#)
- [SERIÁL O NÁS: NAŠE PROFESE NÁM SLUŽÍ – BARBORA KREMLOVÁ](#)

PRAXE

- [STUDENTI VÍTÁNI](#)
- [MÁ PRAXE V RANÉ PÉČI](#)

SAMODOMO

- [CO POMOHLA PROTI STRKÁNÍ RUČÍČEK DO ÚST](#)
- [SENZORICKÝ BOX](#)
- [NOVĚ VYROBENÉ POMŮCKY](#)
- [ZÁTĚŽOVÁ VESTIČKA](#)

KONTAKTY

KONFERENCE RECEPTIVNÍ KOMUNIKACE

V lednu t. r. proběhla při příležitosti 25. výročí založení Autistiku konference s názvem Receptivní komunikace. Spolek Autistik již poněkolikráté uspořádal konferenci s mezinárodní účastí. Tentokrát byla pozvána paní Hilde De Clerq, matka syna a autismem a autorka knihy Mami, je to člověk nebo zvíře?

Paní Hilde se zabývala dvěma aspekty komunikace – tomu, čemu a jak rozumějí lidé s PAS (poruchou autistického spektra), a možnosti jejich vlastního vyjádření.

V oblasti porozumění řeči zmínila paní Hilde možná úskalí vizuálního vnímání, protože i vizuální jazyk má spoustu variací a nemusí být vždy správně čitelný (např. piktogramy muže a ženy na letišti mohou znamenat příchod k bráně, nikoli „tradiční“ toalety – bez popisu jsou tedy zavádějící). Zároveň na různých příkladech dokládala, že i my, tzv. neurotypičtí lidé, se ve svém každodenním životě výrazně řídíme vizuální podporou (v dopravě, při sestavování nábytku...).

Vizualizaci lidé s PAS často využívají, protože mívají problém s tzv. centrální koherencí, vnímají chaos detailů namísto celkového obrazu a kontextu. Rituály a rituály, které pak používají, slouží „k přežití“, k pocitu, že „to mám pod kontrolou“, je to tedy adaptační reakce na stresovou situaci.

Paní De Clerq účastníkům ukázala, jak účelně vystavený denní program a uspořádání prostoru pomůže lidem s PAS v orientaci v prostoru a čase, v nichž jsou jinak ztraceni, a jak najít smysluplnou formu pro každého z nich, protože každý člověk s autismem je jiný.

V oblasti vlastního vyjadřování paní Hilde uváděla experiment Dereka Rickse, který zkoumal rané vokalizace u dětí s PAS a s běžným vývojem. Ukázalo se, že děti s PAS mají tzv. idiosynkratické reakce, tedy že na různé emoce reagují svým individuálním způsobem, odlišným od reakcí běžné populace. Tyto reakce je nutné znát k tomu, abychom porozuměli způsobům komunikace „svých“ dětí.

Paní De Clerq je zastánkyní Teacch programu, který je také na našich školách nejčastějším způsobem vedení výuky a výchovy dětí s PAS. Zdůrazňuje ale, že na začátku je potřeba důkladně pozorovat, v jaké fázi komunikace se dítě v současné době nachází, a současně zohlednit zájmy rodiny. Teprve potom může dojít k funkční analýze forem (jak?), funkcí (jak?) a kontextu komunikace (kde?, s kým?, za jakých okolností?) a vytvoření konkrétního plánu podpory.

Zásadní je přitom vytvoření příležitostí ke komunikaci, protože bez nich se prostě žádná komunikace nerozvíjí.

*Veronika Strenková,
poradkyně rané péče*



V sobotu 9. 2. proběhlo už třetí setkání s Feldenkraisovou metodou, které v Praze především pro rodiny s dětmi s postižením připravila Iveta Varmusová.

Tématem prvního setkání byly „pánevní hodiny“, podruhé jsme se věnovali hrudníku a jeho propojení s emocemi, tentokrát jsme se vrátili do kojeneckého období.

Přinášíme několik ohlasů z tohoto setkání přímo od jednotlivých účastníků.

Snad si uděláte obrázek i vy...

...A věřte nevěřte, sledování toho, co při mnohdy malém pohybu paže dělají ostatní části těla, zda a jak nám přitom pomáhá dech, co dělají naše oči (a jestli je pro nás lepší je mít otevřené nebo zavřené), jak se mění rozložení jednotlivých částí těla ležících na podložce, je **dobrodružství (sebe)objevování**. A také zkoušení vlastních Možností, vše s vědomím, že nic není špatně. A pak najednou zjistíte, že se s jednou, dvěma, čtyřmi bločky na končetinách dokážete obrátit z lehu na zádech na břicho a zpátky a bločky vám nepadají. A i když to ten den nezvládnete, víte, že cesta je otevřená.

Tak do toho!

*Veronika Strenková
poradkyně rané péče*

Ležíte na zemi na zádech a jen jemně hýbáte nataženou rukou ke stropu různými směry. Pohyb ruky není násilný ani vyčerpávající, stačí pár jemných pohybů a po chvíli přijde pauza. Odpočnete si a dále posloucháte instrukce lektory, která vás navádí, jaký pohyb máte udělat. Jedním z pokynů, který mi hodně utkvěl v hlavě bylo „co byste mohli udělat více, abyste dostali ruku dál“. Chvilí trvá, než vám dojde informace do hlavy a uvědomíte si, že byste mohli pohnout pánví a celkově se přetočit na bok, pak svoji ruku přeci dáte více do levé či pravé strany. Zkusíte to a změníte pohyb, lektorka to nijak nekomentuje, je to vaše volba. Lektorka pouze slovně ukončí cvičení a vyzve vás k přetočení se na bok a postavení se na zem. Najednou cítíte, že stojíte úplně jinak než na začátku lekce. Jak je to možné, vždyť jsem pouze hýbala trochu rukou? Cítila jsem, že se pohybuje rameno, lopatka a trochu hrudník a najednou stojím a cítím to ukotvení v nohách více rovnoměrně a stabilně. Možná si řeknete, že to není možné, opak je pravdou, tohle je Feldenkraisova metoda. Metoda, která promyšleně **zkvalitňuje pohyb**. Jsem velmi ráda, že jsem mohla být součástí semináře paní Ivety Varmusové a doufám, že nás brzy potěší dalším seminářem.

Martina Petrová



Lidské tělo se k pohybu ve vzpřímené poloze, v rovnováze a relativní symetrii, vyvíjelo mnoho tisíc let. Jak vést pohyb tak, aby měl tyto charakteristiky? Aby zbytečně nezatěžoval části, které zapojeny být nemusí? Jak dosáhnout pohybu s co nejmenší námahou? Pohybový stereotyp, který běžně používáme (chodíme, běžíme, otáčíme se na lůžku, jedeme na kole), zpravidla moc nezkoumáme. Při hledání vztahu mezi pohybem různých částí těla je ale zvědavost určitě na místě! A jakou roli hraje při pohybu dech? Je důležité, při jaké fázi pohybu nadechujeme a při které vydechujeme? Věřte, že prozkoumávání stojí zato. Budme chvíli zvědaví a zkusme procítit, co se v těle děje, vzpažíme-li ruku a rotujeme ji. Co dělá lopatka, páteř, svaly podél ní? Zjistíme, že v těle pracuje bez našeho vědomí spousta svalů ve vzájemné souhře a každý - i malý - **pohyb je velmi komplexní**. Pak už nás neudiví, že pár dní po zvrtnutém kotníku rozbolí koleno, možná i rameno...

*Alena Kunová
poradkyně rané péče*



Feldenkraisova metoda se zaměřuje na jemnou a vědomou práci s tělem. Cílem je provádět všechny pohyby vědomě a pomalu, s plnou pozorností k tomu, co se právě děje. Při všech pohybech je potřeba dýchat a netlačit nic silou, naopak hledat co nejméně zatěžující způsob, jak daný pohyb provést.

A pohyby to byly vskutku jednoduché. Začínali jsme vždy vleže na zádech a za pomoci cvičebních bločků jsme zkoumali pohyby rukou směrem nahoru a dolů, zprava doleva, dokola... Stejně tak s nohama, nejdříve pravá, pak levá, pak dohromady, souběžně, proti sobě. A při všech těchto pohybech jsme měli za úkol neustále pozorovat, co se děje v končetinách samotných i ve zbytku těla. Postupně jsme pohyby vrstviili a řetězili, až došlo na otáčení ze zad na bok a na břicho a zase zpátky - opět co nejplynuleji a s co nejmenší námahou. Lektorka vše polopaticky vysvětlovala a nechávala nám čas na odpočinek a vstřebání nových zážitků. Nenásilnou formou nám tak byla průvodkyní na cestě k poznání našeho těla a zjištění, jaké pohybové vzorce se v něm ukrývají. Tyto **pohybové vzorce má každý z nás jiné** a jak lektorka často upozorňovala, nedají se jednoznačně rozdělit na dobré a špatné. Vždy jsem ovšem potřebovala myslet na základní principy, tedy vykonávat pohyb vědomě, bez bolesti a násilí a s plynulým dechem. A to jsou principy, které si vždy ráda připomenu.

Anna Strenková

Petru Oswaldovou jsem potkala před několika lety dvakrát na seminářích Unie jógy, kde vedla seminář Feldenkraisovy metody, tehdy v Čechách ještě téměř neznámé. Poprvé jsem si přišla zacvičit jógu a místo toho jsem se „povalovala“ na karimatce a sledovala své tělo. ...Ale už po pár minutách jsem zažila to, co od té doby dokážu v různých oblastech vnímat stále zřetelněji a naléhavěji, že „méně je více“.



Druhé setkání bylo zaměřené na propojení hlasu a dechu s pohybem a proběhlo zřejmě v období, kdy autorka s tématem experimentovala. A ve mně zůstala vzpomínka na počáteční nejistotu a ostych z „veřejného“ hlasového projevu, ale také na různorodé zvuky džungle, které se poté ozývaly ve smíchovské tělocvičně.

O to raději jsem po letech sáhla po **knize Petry Oswaldové**, která tyto experimenty zvědavě sleduje a také precizně popisuje. A nechává také zaznít hlasy svých „objektů“, tedy studentů, účastníků kurzů, spolupracovníků a dalších, kteří se na výzkumu podíleli.

Už sám způsob uvažování Petry Oswaldové je velmi podnětný – zvědavý, hravý a svobodný. V jejím přístupu jsem našla spoustu paralel k vlastní poradenské práci – např. termín aktivní zvědavost mě doslova nadchnul – myslím, že právě to dělá jakoukoli práci s lidmi

tvůrčí a že tím jí dává smysl.

Nechci budoucí čtenáře ochuzovat o zážitek poznávání, prožívání a (počátečního) pochopení, proto se obsahem knihy nebudu více zabývat. Ale prozradím minimálně to, že v závěru knihy je detailně popsáno šest na sebe navazujících lekcí propojujících pohyb, dech a hlas. **Součástí knihy je CD s MP3 soubory s nahrávkou těchto lekcí.** To si nechávám na víkend na chalupě a už se těším na příjemné chvíle, kdy v tichu přírody budu moci objevovat skryté potenciály svých pohybů, dechu a hlasu s vědomím, že všechny tři jsou různými aspekty téhož.

*Veronika Strenková
poradkyně rané péče*

LINKA EDA

Andrea Nondková, psychoterapeutka, sociální pracovnice a metodička Linky EDA přijala naše pozvání a v rámci odborné porady nám představila Linku EDA. Zvláště důležité bylo představit si, pro koho tu vlastně linka je, kdo běžně volá a hlavně, jak i naši klientští rodiče i prarodiče, tety, strýcové či sourozenci nebo i pedagogové dětí a další blízcí mohou existenci této linky využívat.

Linka je určená pro všechny pečující, kteří se potýkají s tématem dětí se závažnou diagnózou, po těžkém úrazu nebo dětí s postižením.

Linka běží od roku 2015, je zaměřena na krizovou intervenci, to znamená, že poskytuje akutní krizovou psychosociální pomoc lidem v těžkých životních situacích. Nejen to, můžete na ni volat nejen v akutní krizi, ale pro poradenství v této oblasti. A třeba, jak jsme byly nabádány: prostě si to jen vyzkoušet, jaké to je, zkusit to, něco praktického se zeptat, zažít, jaké to je. A to je právě nejlepší, když v úplné krizi nejste.

Linka je poskytována celorepublikově, anonymně, zdarma a je možné zvolit způsob vyhovující právě vám, a to telefonicky na čísle 800 40 50 60, e-mailem: linka@eda.cz, chatem přes stránky www.eda.cz.

Linka EDA má velmi přehledně zpracované webové stránky, kde naleznete nejen základní informace o této službě, ale i příklady příběhů rodin, které jsou smyšlené, ale odpovídají reálným situacím. Také máte možnost shlédnout videa a seznámit se s prací psychoterapeutů, kteří tuto službu nabízejí. Pokud vás cokoli tíží, chtěli byste pomocnou ruku, ucho, které vás nejen vyslechne, ale v případě vašeho zájmu i nasměruje např. na další odborníky, organizace, je Linka EDA dobrá volba.

Ještě přidáváme nové video o Lince EDA:

<https://www.youtube.com/watch?v=m8yYENQ8JM4>

*Jana Londinová
poradkyně rané péče*



V Armandi Therapy Clinic pracuje naše bývalá kolegyně, ergoterapeutka Zdeňka Hyttichová. A protože jsem byla zvědavá, přišla jsem ji po dohodě navštívit.

ATC je nově vybudované terapeutické centrum v Americké ulici, blízko náměstí Míru. Klinika je zaměřena především na rehabilitaci dětí a mladistvých s neurologickými diagnózami, jejím základem je používání speciálních technik a tzv. „oblečku“ **TheraSuit**. Tyto techniky jsou již mezi pacienty poměrně známé, v ATC ovšem nabízejí zkrácený program tzv. **MiniPegas**, který je zejména pro malé děti méně náročný a pro rodiče finančně přijatelnější.

Více na www.atc.life/



Základní rehabilitační program doplňuje cílená **ergoterapie s prvky senzorycké integrace**, **oxygenoterapie** nebo možnost pobytu ve **snoezelenu**. Terapie je možné kombinovat nebo využívat pouze ty, o které má klient zájem. Tým je složený z mladých odborníků, část fyzioterapeutek přešla z Axonu – jedna z nich byla dokonce před několika lety u nás na Barrandově přednášet v rámci rodičovské skupiny.

Mě zajímala především „pracovna“ Zdeňky. Je vybavená základní sestavou potřebnou pro senzoryckou integraci. Kromě pomůcek na podporu hrubé motoriky má Zdeňka k dispozici i pomůcky na podporu jemné motoriky a motoriky úst. Ale především má Zdeňka dlouholetou zkušenost, potřebné znalosti a dostatek kreativity, které ze cvičení dělá zábavu. Během návštěvy jsem vnímala radostnou, přátelskou atmosféru týmu, odborný zájem a chuť hledat nové cesty. Pokud jsem vás navnadila, a vyzkoušíte ATC z druhé strany, napište nám o tom.

*Veronika Strenková
poradkyně rané péče*

Rádi bychom se s vámi podělili se zkušeností z nákupu pomůcek od firmy Firefly z Velké Británie, která vyrábí pomůcky pro děti s tělesným postižením. Jedná se hlavně chodítko Upsee, sedátko GoTo, koupací lehátko Splashy, polohovací set Playpak či vozítko Scoot. Většinu z nich máte možnost vyzkoušet si i v naší půjčovně.

Někteří z vás nakupujete na zahraničních e-shopech běžně, ale jsou mezi vámi mnozí, kteří mají z těchto nákupů obavy. Právě ty bychom těmito řádky chtěli povzbudit. Jedna naše rodina si vyzkoušela v naší půjčovně sedátko GoTo a moc stála o jeho pořízení. Zjistila si, že na českém trhu je tato sedačka o několik tisíc korun dražší, než kdyby si ji objednali přímo z Anglie.



Neměli ale zkušenosti s objednáváním v zahraničí, nikdy neplatili kartou a neuměli anglicky.

Přesto se ale odhodlali a zde je pár jejich postřehů:

- www.fireflyfriends.com si dali do Google překladače a tak nebyl problém s angličtinou, bez problému dali vše do košíku,
- při zadávání adresy vyplnili jednoduchý formulář osvobození od DPH a tak platili cenu, která odpovídá ceně uvedené u výrobku na internetových stránkách,
- jako důvod napsali pomocí překladače anglicky diagnózu dítěte,
- platba kartou proběhla bez problémů,
- do týdne vše v pořádku přišlo, poštovné bylo zdarma.

Sedátko spokojeně užívají a doporučují koupit všem nerozhodným.

Objevují se zvěsti, že po Brexitu bude nakupování na britských e-shopech problematičtější. A tak pokud uvažujete koupit výrobků firmy Firefly, tak si raději pospěšte, abyste to stihli ještě před tímto datem.

*Lucie Černíková
sociální pracovnice*

Možná se svou fyzioterapeutkou zvažujete podporu stoje vašich dětí nebo už je zkoušíte postavovat. Přinášíme několik významných důvodů, proč se do této aktivity pustit.

Shrnujeme výhody polohování v této poloze:

Děti budou mít ve stoji možnost s dalšími dětmi vidět si dobře do obličeje, navázat oční kontakt díky pohledu v jedné výškové úrovni, což je velmi zásadní pro vzájemnou komunikaci.

Stoj podporuje dobrou **psychickou kondici dětí, jejich pozornost, ale i zlepšení spánkového režimu, trávení, krevního oběhu a tlaku.**

Díky stoji může probíhat správný vývoj kostí a kloubů, kůže. Tato poloha také pomáhá protažení svalů a je prevencí vzniku kontraktur. Může být užitečná i pro **zlepšení dýchání a hlasových projevů dítěte.**

Také **zmenšuje riziko lomivosti kostí.** Dále také tato poloha rozšiřuje repertoár hraní dětí i s dětmi.

Velmi názorný je tento obrázek:



Aktuální načasování doby, kdy je děti možno začít takto polohovat, je zásadní dobře naplánovat s fyzioterapeutem či fyzioterapeutkou, kteří dítě a jeho možnosti dobře znají.

Některé pomůcky pro vhodné polohování | ve stoji najdete i **v naší Pomůckovně.**

*Alice Pexiederová
poradkyně rané péče*

ZVÝŠENÍ PŘÍSPĚVKU NA PÉČI

Přinášíme krátké shrnutí aktuálních informací ke změnám týkajících se příspěvku na péči (PnP).

Od **1. dubna 2019** dochází ke zvýšení příspěvku na péči pro osoby, které jsou závislé na pomoci jiné fyzické osoby ve **čtvrtém stupni** na **19 200 Kč** a od **1. července 2019** se zvýší i osobám, které mají uznaný **třetí stupeň** a to u **děti do 18 let** na **13 900 Kč** a u **osob starších 18 let** na **12 800 Kč**.

Tato zvýšení se týkají osob, které nevyužívají pobytových služeb. Úřad práce příspěvek navýší automaticky (nemusíte podávat žádnou žádost) a také vám zašle sdělení o změně výše příspěvku na péči.

Se zvýšením daného stupně **zaniká zvýšení o 2000 Kč pro děti od 4 do 7 let věku**. Pokud ho vaše dítě pobíralo, úřad práce vám také zašle sdělení o jeho zániku.

Zvýšení o 2000 Kč u dětí, kde příjem společně posuzovaných osob nepřekročí dvojnásobek životního minima, je stále možné.

*Lucie Černíková
sociální pracovnice*



Raná péče Diakonie existuje od roku 1994, tehdy pod názvem Poradna časně péče. Byl to rok založení střediska Diakonie Praha (tehdy a až donedávna střediska v Praze 5 – Stodůlkách). Jeho první ředitelka, paní Dana Caldová, byla vstřícná nápadu nás dvou, Aleny Kunové a Pavly Skalové, tehdy speciálních pedagožek ve škole pro děti s kombinovaným postižením. Spočíval v inspiraci ze zahraničí, v poradenské práci pro rodiny s dětmi se speciálními potřebami v raném věku. Povedlo se – a tak jsme byly dvě!

Po několika letech se nám na dlouhou dobu jedinou další kolegyní stala logopedka **Veronika Strenková** – tak jsme byly tři. Po několika letech sociální pracovnice **Pavla Těhníková** – čtyři! Pak ergoterapeutka **Zdenka Slováková/Hyttichová** – pět! A sociální pracovnice **Lucka Černíková**, ta byla šestá, sedmá speciální pedagožka a psycholožka **Ewa Ciencialová/ Svoboda**.

To už jsme začali poskytovat ranou péči po Plzeňském i do Ústeckého kraje, a přijali jsme speciální pedagožku **Báru Jirákovou** (osm), a psycholožky **Katku Rodnou** a **Markétu Pekárkovou** (deset).

Náš počet a způsob práce, stále na cestách za rodinami, začal vyžadovat „kotvu“ a koordinaci. Této role se skvěle zhostila **Saša Chomiszaková** (jedenáct). Naše projektová kolegyně **Kateřina Štinglová** se posléze stala kolegyní stálou, a navíc naší vedoucí (dvanáct). V minulých dvou letech nastala smršť rozrůstání: **Bára Čeřovská/Kremlová** (třináct), **Jana Londinová** (čtrnáct), **Petra Dušánková** (patnáct), **Alice Pexiederová** (šestnáct) a **Helena Řeháková** (sedmnáct).

Přestože jsme se dopočítali sedmnácti, přece je nás méně – ale zároveň i více! Dvě kolegyně se staly kolegyněmi bývalými, pracují jinde. Tři další mají dovolenou, ano, tu mateřskou, takže s námi teď náš pracovní život nesdílejí. Čtvrtá mateřská je na spadnutí. Příčiněním těchto kolegyň je nás ale víc v jiném smyslu: máme **Míšu a Jeníka, Josefínku, Hynečka a Olivii**.

A těšíme se na další přírůstky!

*Alena Kunová,
poradkyně rané péče*



JEŠTĚ PŘIDÁVÁME POZDRAV OD KOLEGYŇ Z ÚSTECKÉHO KRAJE...

[zpět na obsah](#)

Zdravíme vás z naší veselé kanceláře z Děčína v nové rozšířené sestavě! Od ledna jsme v Ústeckém kraji už dvě poradkyně rané péče – Bára Jiráková a Helena Řeháková.

Bára: Po odchodu Pavly na mateřskou dovolenou jsem se na novou kolegyni moc těšila, spolupráce zatím funguje výborně a postupně se doufám podaří ukrajovat z pořadníku čekatelů na službu.

Helena: Nová práce poradkyně mě baví! Zase se učím nové věci, poznávám nové lidi. Práce je to velmi pestrá. Nejvíc oceňuji, že na prvním místě nejsou formuláře, ale skutečně přímý kontakt s dětmi a rodinami – a to má myslím největší cenu.

Těšíme se, že se nám konečně podaří poskytnout službu všem rodinám, které o ni projeví zájem – zatím na ni některé rodiny bohužel musí ještě čekat.

Bára a Helena



Tentokrát se vám v rámci seznamovacího „kolečka“ představí poradkyně rané péče Barbora Kremlová. I ji v blízké době čeká nová životní náplň, a to přebalování a jiné radosti.

BARBORA KREMLOVÁ

Jezdí k rodinám do Prahy a Středočeského kraje.

V rané péči pracuje: Dva a půl roku

Cesta k profesi poradkyně rané péče:

Řekla bych, že byla „zázračná“. Hned po dokončení studia sociální pedagogiky jsem se od kamarádky doslechla, že je v rané péči volné místo, takže jsem neváhala a hned jsem se přihlásila do výběrového řízení. Bylo to něco, co jsem si přesně představovala, že bych si moc přála dělat. I když jsem věděla, že to bude dlouhá cesta sebevzdělávání... A musím říct, že přes všechnu nervozitu, když jsem poprvé přišla a naproti mně sedělo 10 dam, mi mezi nimi bylo opravdu moc příjemně!



Co mě na práci poradkyně nejvíce baví:

Baví mě ta různorodost. Je to setkávání, povídání, jsou to pokroky, radost, někdy smutek, ale naděje. Spojené s poznáváním různých koutů naší země a týmem, který pro mě hodně znamená.

Oblíbená hračka:

Nemám nejoblíbenější hračku, ale knížky. A to hned dvě. Jedna je ukazovací „Koulela se ze dvora“ a druhá povídací – série knih „Jaro“, „Léto“, „Podzim“, „Zima“, „Noc“. (Haha, takže vlastně šest). Mám je nejradši proto, že je to společný čas, kdy si s dětmi užijeme spoustu legrace a zároveň se tím učí – buď pohyb, který je tak důležitý pro pozdější rozvoj řeči, nebo nová slovíčka.

*Odpovědi uspořádala
Kristýna Bezděková
poradkyně rané péče*

STUDENTI VÍTÁNÍ!

Na konci loňského roku jsme měli na pracovišti hned dvě studentky na praxi. Byla to pro nás výzva a zároveň příležitost oběma "holkám" ušít praxi na míru.

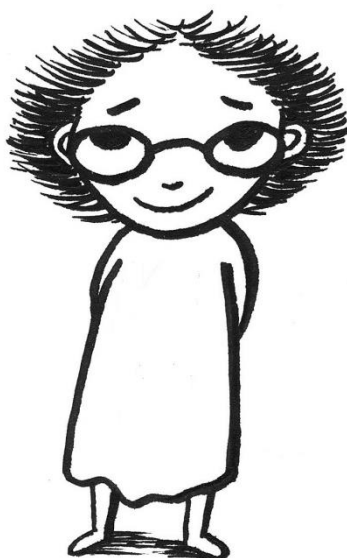
Johanka z CARITAS (Vyšší odborné školy sociální v Olomouci) totiž měla školní praxi dvouměsíční, zatímco Julie z Pedagogické fakulty UK pouze čtyřicet hodin. Naším cílem bylo, aby si obě z praxe odnesly nejen představu o tom, co je raná péče, ale aby se i něco nového naučily.

Náš zájem nebyl zas tak úplně altruistický. Pro studentky jsme přichystali činnosti, na které v běžném provozu zbývá málo času - inventuru a úklid knihovny, výrobu hraček a pomůcek, tisk a skenování materiálů... a konzultace v rodinách za odměnu. Na konci praxe nám už obě studentky přišly

jako součást týmu - a kdo ví, třeba jednou i budou... Praxe nabízíme už tradičně několikátým rokem, zatím vždy z iniciativy studentů. V novém roce chceme jít příležitostem naproti, a tak chystáme návštěvy vysokých a vyšších odborných škol a věříme, že další praktikanti budou stejně otevření, tvořiví a empatičtí jako Johanka s Julií.

Johančin příspěvek jste si mohli přečíst v minulém Zpravodaji, Juliino ohlédnutí je hned na následující straně.

*Veronika Strenková
poradkyně rané péče*



Jmenuji se Julie Fišerová a jsem studentka 1.ročníku navazujícího magisterského studia speciální pedagogiky na Univerzitě Karlově. Pro svou oborovou praxi na podzim 2018 jsem si vybrala Ranou péči Diakonie, protože mě zajímalo, jak služba vlastně ve skutečnosti funguje. Překvapilo mě, že mě bez okolků přijali a s praxí mi vyšli vstříc, což není všude samozřejmostí.

A co jsem na praxi dělala?

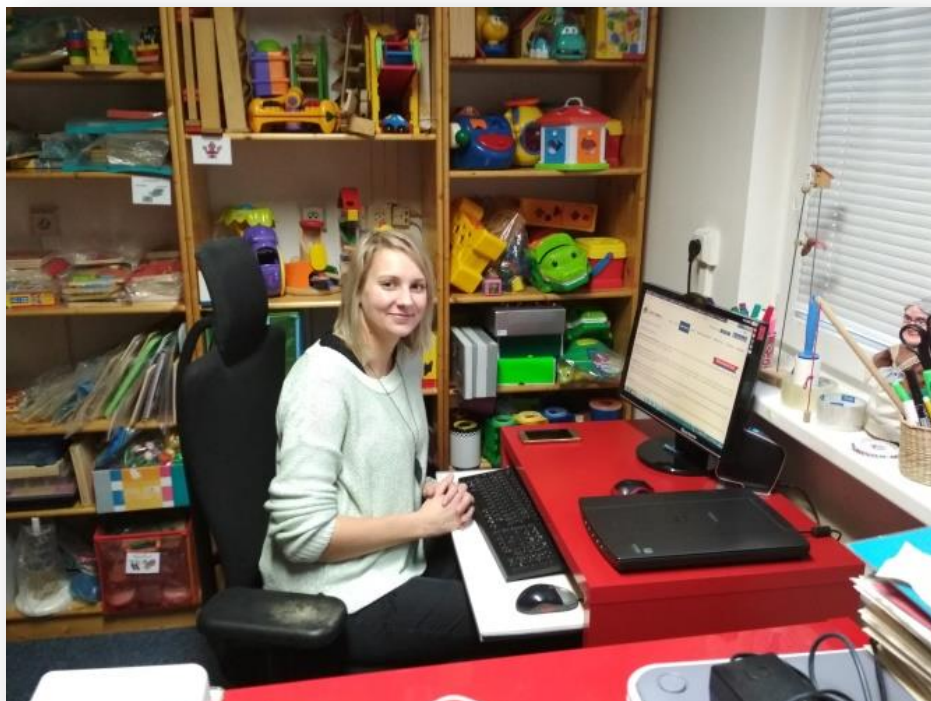
První den jsem se dozvěděla základní informace o tom, jak to v rané péči chodí. Na pracovišti jsem pomáhala s výrobou hraček a pomůcek, které poradkyně půjčují rodinám při svých konzultacích. Byly to například pomůcky na procvičování jemné motoriky, koordinace oko-ruka, rozlišování barev... Ve volném čase jsem digitalizovala zajímavé články z časopisů (K)Oukej a Raná péče. Dále jsem například sepisovala tabulku s kontakty na organizace poskytující službu osobní asistence i pro děti, a to ve všech krajích, kde Raná péče Diakonie působí. Žádný takový oficiální soupis totiž zatím neexistuje.

Ocenění práce rané péče

Největším přínosem pro mě bylo, že jsem se s poradkyní Veronikou Strenkovou mohla po svolení rodičů zúčastnit dvou konzultací v rodině. Obě návštěvy byly velice rozdílné, ale pro mě poučné. Viděla jsem práci poradkyně z blízka a mohla si udělat představu o tom, jak musí být pracovnice rané péče empatické, trpělivé, ale hlavně všestranně vzdělané. Rodičům dávají rady ohledně snad všeho, co vás napadne: o možnostech podpory, léčby nebo terapie, vybírají s nimi mateřskou a následně i základní školu, seznamují mezi sebou rodiče s podobnými problémy, pomáhají v rámci přípravy na šetření kvůli žádosti o příspěvek na péči před návštěvou sociální pracovnice a radí ve spoustě dalších oblastech.

Jelikož hodinová dotace mé praxe pro tento semestr byla pouze 40 hodin, neměla jsem možnost poznat službu až tak do hloubky. Ale i tak mi praxe přinesla spoustu zajímavých poznatků a zkušeností, a to především, že pro rodiny s dětmi s postižením jsou nepochybně služby rané péče nenahraditelným přínosem. Děkuji tak paní vedoucí služby, Kateřině Štinglové, i všem ostatním, kteří mě měli na starost.

Julie Fišerová



CO POMOHLA PROTI STRKÁNÍ RUČÍČEK DO ÚST

Máme doma dcerku Stelinku, jsou jí necelé 3 roky. Vypozorovali jsme, jak úžasně dokáže získávat nové vjemy přes senzomotorické pomůcky.

Začali jsme s úplně nejjednodušším "materiálem" - hrachem a fazolemi. Nejdřív jsme troškařili se dvěma pytlíky hrachu. Teď máme plný lavor luštěnin, do kterého si Stelča klidně celá vleze, stimuluje ručičky a už i nožičky, které zprvu do hrachu vůbec nechtěla dávat. Využíváme kaštiny, kameny, skořápky od ořechů. Vše krásně stimuluje a rozvíjí vjemy.

A s čím nám tyto senzomotorické pomůcky nejvíc pomohly?

Odstranit Stelinčino neustálé strkání ručiček do pusinky. Stelinka má možnost si kdykoliv s těmito pomůckami pohrát, moc ji hraní baví a už vůbec nemá potřebu si žužlat prstíky.

Posledním naším výtvozem je senzomotorický chodníček, opět vyrobený z toho, co dům dal. Zaujme každou návštěvu.

Použili jsme lepící kartičky (drží nalepené rovnou na lině), na které jsme obkreslili Stelinky bačkůrky a jednotlivé materiály jsme přilepili tavnou pistolí, aby dobře držely.

Jana Kovandová



Pro podporu vývoje dítěte lze použít mnoho předmětů. Stačí se zamyslet nad tím, proč daný předmět chceme využít, jaké dovednosti u dítěte může stimulovat. A inspirace chodí z různých směrů.

Tak naše kolegyně Jana Londinová přinesla nápad ze své předešlé praxe v Jedličkově ústavu, **senzorický box**. V týmu jsme byly z nápadu nadšené, a tak Jana požádala svého muže Mirka, zda by několik takových boxů pro naše pracoviště vyrobil. A výsledek můžete vidět na přiložených fotkách. Tímto velké díky Mirkovi za precizní rukodělnou práci!

A jak se senzorický box používá?

Do boxu nejdříve vkládáme jednotlivé předměty tak, aby je dítě nevidělo a mělo možnost hmatem zkoumat jejich povrch, tvar apod. Složitější variantou je možnost na horní plochu boxu položit v řadě např. kostičky

s různým materiálem (či konkrétní např. přírodní předměty) a dítě po hmatu v boxu skládá v daném pořadí materiály za sebou, resp. kopíruje posloupnost. Další způsoby využití jsou na vlastní invenci.

A k čemu to celé je?

Popsané aktivity podporují hmatové vnímání, pozornost, trpělivost, rozvíjí zrakovou a krátkodobou paměť. Může se také jednat o zábavnou hru se střídáním, kdo zrovna sáhne do boxu pro překvapení apod. Jen si vždy připomeňme otázku: „**proč dělám to, co dělám?**“

*Markéta Pekárková
poradkyně rané péče*



Mnoho rodičů je velmi tvořivých a vyrábějí si pomůcky pro své děti na míru. Některé poradkyně však také velmi rády tvoří.

Jedno odpoledne začátkem ledna jsme se s Pavlou Skalovou po společné konzultaci věnovaly výrobě pomůcek. Jednalo se v podstatě o recyklaci prázdných lahví, krabiček a kyblíčků, velkých špulek z galanterie, sbírky knoflíků, korálků, různých textilií a materiálů a dalších drobností s použitím samolepících tapet, chlupatých drátků apod.

Co všechno vzniklo, si můžete prohlédnout na fotografiích. Využití pro podporu jemné motoriky se meze nekladou. Poradkyně vám během konzultací rády ukážou, jaké aktivity s konkrétními pomůckami napadají je. Přihlaste se o jejich vyzkoušení.

Současně bych ráda využila tento prostor jako výzvu pro vás.

Uvítáme, když se s námi poradkyněmi i dalšími klientskými rodinami podělíte o výtvary z vašich rodin. Bude skvělé, když se zmíníte, jak své pomůcky využíváte, jak vašim dětem pomáhají, případně, jak jste je vytvořili, a třeba, co bylo inspirací. Své příspěvky můžete posílat přes své poradkyně nebo je společně vytvořit nebo je rovnou směřovat na adresu pexiederova@rana-pece.cz.

Děkujeme.

*Alice Pexiederová
poradkyně rané péče*



Bětuška už nějaký čas tuto vestičku používá. Maminka má s využíváním této pomůcky velmi dobrou zkušenost. Doptali jsme se na několik podrobností.

Jak a kdy vás napadlo zátěžovou vestičku používat? Co vás k tomu inspirovalo?

O zátěžových pomůckách nás informovala Ewa, poradkyně rané péče. Půjčili jsme si ji z Pomůckovny a moc se nám osvědčila. Takže jsme pak chtěli mít vlastní vestičku a nechali jsme si ji ušít.

Kde všude a v jakých situacích ji používáte?

Bětku má přes týden vestičku ve školce. Nosí ji 2-3x denně 20 minut. Pomáhá jí uvědomovat si vlastní tělo, zklidňuje ji. Bětku je hyperaktivní, neumí se zastavit, a tak zátěžová vestička pomáhá se při činnostech a aktivitách ve školce alespoň zpomalit, soustředit.

Nosí si ji Bětku ze školky taky domů?

Ano, zatím máme jen jednu vestičku, a tak si ji Bětku nosí i domů a využíváme ji například při hraní.

Máte i další zátěžové pomůcky - jaké to jsou, jak vznikly? Jak a kdy je využíváte?

Máme ještě nově zátěžového hada. S ním jsme se potkali na ergoterapii v Motole a Bětušku opět pomohl zklidnit. A tak nám ho kamarádka vyrobila (plyšový had z IKEA vycpaný pytlíčky s rýží). Používáme ho na odpočinek a na spaní.

Jana a Bětku Vaňkovi

*Alice Pexiederová
poradkyně rané péče*



*Copyright © 2018 Raná péče Diakonie
All rights reserved.*

Diakonie ČCE - středisko Praha

Vlachova 1502/20

Praha 13

15500

www.diakonie-praha.cz



Pracoviště Rané péče Diakonie:

Machátého 683/10, Praha 5

Pod Svatoborem 56, Sušice

Jindřichova 337, Děčín

Kontakt:

tel: 235 518 392

email: info@rana-pece.cz

www.rana-pece.cz

www.facebook.com/RanaPeceDiakonie

č.ú. 0127747339/0800



Vedoucí rané péče:

PhDr. Kateřina Štinglová

Poradkyně rané péče:

Mgr. Barbora Jiráková

Mgr. Alena Kunová

Mgr. Markéta Pekárková

Mgr. Pavla Skalová

Mgr. Veronika Strenková

Bc. Barbora Kremlová

Mgr. Jana Londinová

Mgr. Kristýna Bezděková

Bc. Alice Pexiederová

Mgr. Helena Řeháková

Mgr. Pavla Těhníková (na MD)

Mgr. Ewa Svoboda (na MD)

Sociální pracovníce:

Mgr. Lucie Černíková

Koordinátorka:

Petra Dušánková

Bc. Alexandra Chomiszaková (na MD)

Ředitel Diakonie ČCE - středisko Praha:

Mgr. Jakub Suchel

Koordinátorka služeb střediska

Diakonie Praha:

Andrea Vachtlová

Koordinátorka PR a FR:

Mgr. Barbora Dukátová