



Vážení a milí čtenáři,

blíží se prázdniny, letní počasí nastoupilo skoro hned po tom zimním, potýkáme se s mnoha rychlými změnami a k tomu se snažíme udržet si zdravý rozum...

V tomto čísle Zpravodaje vám přinášíme ohlédnutí za velmi užitečným seminářem o příjmu potravy s ergoterapeutkou Jitkou Ludvíčkovou. V rubrice *Integrace je legrace* se nám sešlo několik příspěvků o školkách a ze školek; je velmi příjemné číst tolik pěkných zkušeností a doufáme, že budou povzbudivé i pro ty z vás, kteří děti v předškolním zařízení ještě nemají.

Opět se u nás objevilo několik studentek na praxi a od studentů Vyšší odborné školy pedagogické a sociální, vzdělávacího oboru sociální práce a sociální pedagogika jsme již podruhé získali pěkné pomůcky, které využíváme při práci v rodinách.

Mezi pomůckami najdete lehký podomácku vyrobený „Bobath“ válec na cvičení, kouzelné samolepky

Albi pro podporu komunikace a chytrý stupínek na koloběžku, díky němuž může být mobilnější celá rodina.

Letos na jaře se konal další znakovací kurz; jak báječný opět byl, co komu přinesl, to se dozvíte v několika ohlédnutích od rodičů i naší kolegyně.

Zkoušíme zařadit novou rubriku, ve které bychom se vám postupně rády představily – a to nejen poradkyně rané péče, ale i další kolegyně, které stojí v zázemí a bez kterých by služba rané péče nemohla vůbec fungovat.

Ještě připomínám možnost „seznamky“ pro rodiny, která protentokrát zůstává nevyužitá. Rodiny na Berounsku mohou využít SpoluSvět a jeho aktivity, které představuje jedna ze zakladatelek.

Pohodové letní dny a inspirativní čtení přeje

*Alice Pexiederová, poradkyně rané péče
a redaktorka Zpravodaje*



NOVINKY Z RANÉ PÉČE DIAKONIE

- [VYHODNOCENÍ ZNAKOVACÍHO KURZU PODZIM 2021](#) (STR. 3)
- [ZNAKOVACÍ KURZ KVĚTEN 2022](#) (STR. 3)

VZDĚLÁVÁME SE

- [NA KUS ŘEČI A PÁR SOUST VE ŠKOLE PAPÁNÍ](#) (STR. 6)

INTEGRACE JE LEGRACE

- [ROZHOVOR O INTEGRACI S PETROU MAYEROVOU Z MŠ KARDINÁLA BERANA PLZEŇ](#) (STR. 8)
- [DO ŠKOLKY KE ŠKOLCE](#) (STR. 10)
- [ŠKOLIČKA CTA](#) (STR. 11)
- [MATÝSEK JE VE ŠKOLCE](#) (STR. 12)

DOBROVOLNICTVÍ, PRAXE

- [DANIELA A MONIKA](#) (STR. 16)
- [POMŮCKY OD STUDENTŮ PRO RANOU PÉČI PODRUHÉ](#) (STR. 17)

POMŮCKY V PRAXI

- [KOLOBĚŽKA A STUPÍNEK](#) (STR. 18)
- [KOUZELNÉ SAMOLEPKY OD ALBI](#) (STR. 19)

SAMODOMO

- [VÁLEC NA CVIČENÍ PODLE BOBATH KONCEPTU](#) (STR. 20)

PŘEDSTAVUJEME

- [SPOLUSVĚT](#) (STR. 21)
- [NAPLNĚNÍ PLNOSTÍ](#) (STR. 22)
- [NÁŠ TÝM — VERONIKA STRENKOVÁ](#) (STR. 23)

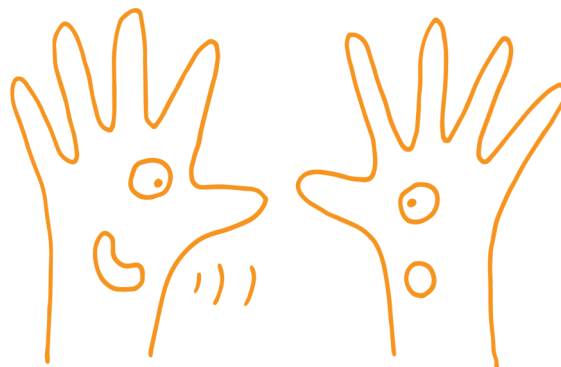
[KONTAKTY](#) (STR. 25)

VYHODNOCENÍ ZNAKOVACÍHO KURZU PODZIM 2021

Znakovací kurz ohodnotilo šest zúčastněných rodin. Všechny zaznamenaly po absolvování znakovacího kurzu nějaký posun – rodiny díky kurzu začaly pravidelně znakovat, jejich děti používaly znaky častěji a ve větší míře a rodiče si díky kurzu byli jistější, jak znakování s dětmi prakticky uchopit. Kromě jedné maminky měli s sebou všichni na kurzu nějaký doprovod a také se jim postupně podařilo vtáhnout do znakování ostatní členy rodiny – babičky, tety nebo další děti. Mimo prostředí rodiny se zatím znakování s dětmi příliš nerozvinulo kromě jedné rodiny, která zmiňuje, že s dítětem začala znakovat „asistentka v MŠ a celá MŠ (další paní učitelky, děti ze třídy a nyní dokonce už i paní uklízečka :-)” (Pozn.: Jak je to přesně, se dozvíte v rozhovoru s pracovníky MŠ Vy-

šehrádek). Dodnes znaky používají všechny rodiny kromě jednoho případu, kdy znaky byly nahrazeny verbální komunikací.

Anna Musilová, vyhodnotitelka dotazníku



ZNAKOVACÍ KURZ KVĚTEN 2022

V termínu 12. -15. 5. 2022 proběhl čtyřdenní znakovací kurz, který se konal v Bělči nad Orlicí. Kurzu se zúčastnily mimo jiné tři poradkyně naší Rané péče Diakonie (z Prahy, Středočeského a Ústeckého kraje) společně s celkem sedmi rodinami, které se naučily mnoho znaků pro rozvoj komunikace se svými dětmi, sourozenci a vnoučátky.

Základem bylo znakování slov, kterými jsme se postupně dopracovali až k větám, říkankám a pohádkám. Součástí kurzu bylo několik bloků znakování, které střídaly společné procházky, s možností získání dalších informací, konzultace s logopedkou i individuální možnosti programu každého jednotlivce.



Program byl rozdělen tak, aby to bylo časově únosné pro rodiče i děti, které nevydrží dlouhou dobu na jednom místě. Byla možnost využít pískoviště a další aktivity pro děti v přiměřené vzdálenosti probíhajícího programu tak, aby se všichni cítili dobře.

V průběhu celého kurzu jsme obdrželi mnoho kladných ohlasů, které se týkaly organizace kurzu, programu i prostředí. Třešnickou na dortu bylo krásné, slunečné počasí a možnost trávit tak velkou část aktivit venku, za což jsme nesmírně vděční. Doufáme, že kurz přinesl hodně užitečného a každý z účastníků má možnost se posunout dál, dle svých potřeb a možností.

Za sebe mohu říct, že pociťuji velký rozvoj v této oblasti a jsem ráda, že jsem mohla být součástí kurzu. Těším se na možnost využití znakování v terénu. Velké díky patří především Veronice Strenkové a Zuzaně Sýkorové za výbornou organizaci a báječný přístup, ale i všem rodinám, které byly skvělé a snažily se získat z kurzu maximum. Díky!

Znakování zdar!

Sabina Havrilčová, poradkyně rané péče

ZNAKOVACÍ KURZ KVĚTEN 2022 — OHLASY Z RODIN 1

Kdybych měla víkend vystihnout v reklamních sloganech, zněly by: krásná příroda, vynikající stravování, pěkné ubytování, skvělé venkovní atrakce pro děti, příjemná společnost rodin a hlavně intenzivní program plný znakování s kvalitními lektorkami!

Pokud mám program popsat podrobněji, střídaly se půlhodiny znakování s dobrovolnými procházkami a mezitím byl čas na jídlo a odpočinek. Znakovací půlhodiny byly tak akorát pro všechny – děti udržely pozornost (ty, které toho byly schopny) a rodiče vlastně stejně tak.

Bylo to opravdu hutné, ale zvládli jsme to. Oceňuji časté opakování znaků a znakování celých vět.

Nakolik se nám znakovací program dostal pod kůži, vystihují slova mého muže cestou domů: „Já mám

v hlavě furt jen medvěda a koblížka a občas do toho zaprší.“ (Rozuměj znakované básničky, písničky a pohádku se zmíněnými.)

A jak moc byl program poutavý pro děti, je zřejmé, když mě dcera doma před spaním prosila o pohádku, ale tu ZNAKOVANOU!

Na závěr bych ještě ráda vyzdvihla hodinu s paní logopedkou. Byla jsem překvapená, co vše jsem se mohla od paní logopedky dozvědět nového a užitečného, ačkoli jsme se s ní viděli poprvé v životě.

Děkuji, že jsme se mohli zúčastnit, budeme vděčně vzpomínat. A víc znakovat!

Romana Klemmová



ZNAKOVACÍ KURZ KVĚTEN 2022 — OHLASY Z RODIN 2

Pokud hledáte alternativní způsob komunikace s dětmi – ať už z důvodu, že ještě nemluví, nechtějí mluvit nebo nemohou mluvit, a vy chcete vědět, co vám chtějí říct – doporučuji znakování.

S dcerou a mojí mámou jsme se zúčastnily znakovacího kurzu pořádaného pracovišti rané péče a musím říct, že to byl pro nás zážitek. Vše bylo výborně zorganizováno. Podle programu jsme měly strach, že se to vše nemůžeme naučit, ale díky poradkyním jsme to zvládly. Užily jsme si spoustu legrace, naučily se znakovat plno říkanek, písniček a pohádek. Kurz se konal na krásném místě, kde je velké vyžití pro děti všech věkových kategorií – různá hřiště, hodně prostoru, les na procházky. Velké plus vidím i ve skvělém jídle, které připravoval kuchař, jenž si

poradil i se bezmléčnou a bezlepkovou stravou Stázinky. Součástí kurzu byla i konzultace s logopedkou Martinou, která nám přinesla skvělý a hodně užitečný pohled na komunikaci Stázinky. Poznaly jsme spoustu skvělých lidí a za každým z nich se skrýval osobní příběh jeho rodiny. I přes zdravotní handicapy dětí byla atmosféra velmi pozitivní.

Chtěly bychom poděkovat všem poradkyním, protože díky tomuto kurzu jsme našly pro Stázinku další možnost, jak s ní komunikovat. A teď už je to jen na nás, jak s tím naložíme. A samozřejmě bychom si přály, abychom se po nějaké době třeba sešli na pokračovací kurz.

Děkujeme Zuzka, Romča a Stázinka Vachlovy



NA KUS ŘEČI A PÁR SOUST VE ŠKOLE PAPÁNÍ

*Na začátku února jsem měla s několika kolegyněmi možnost zúčastnit se půldenního semináře, který vedla **ergoterapeutka Jitka Ludvíčková ze Školy papání**. V tomto centru pracuje Jitka s dětmi, které mají nejrůznější obtíže v příjmu potravy, na tom, aby se „rozjedly“. Co taková terapie obnáší a jaká může být příčina toho, že dítěátko špatně jí? I o tom vám teď povím.*

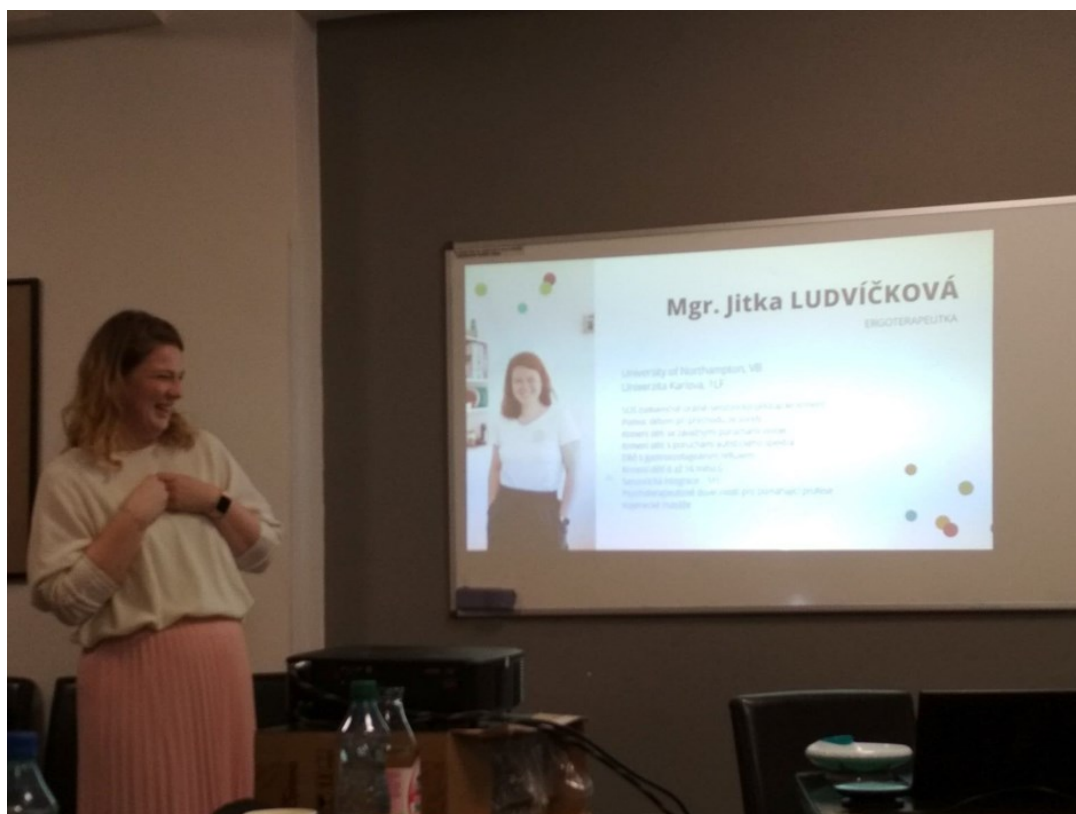
Škola papání je soukromé centrum (terapie nejsou hrazené zdravotní pojišťovnou, rodina si je musí platit sama), které pracuje terapeutickým tzv. SOS (sekvenčně orálně senzoryckým) přístupem ke krmení. Tento přístup vytvořila americká psychologka Kay A. Toomey a vychází přitom z přirozených stádií papání u dětí, které se vyvíjejí běžně. Důležitá pro tento přístup je hravost, se kterou děti můžou jídlo zkoumat, seznamovat se s ním a zůstat přitom v klidu, bez stresu.

Ve škole papání pracují odborníci s dětmi ve věku od 6 měsíců. Více o tom, kterým dětem by mohla terapie být užitečná, najdete na [webových stránkách centra](#).

A jaké služby tedy Škola papání nabízí?

Vezmu to popořadě. V současné době je možné přihlásit se do online programu školy papání. Jak název napoví, program běží online, k účasti stačí tedy internetové připojení a není nutné žádné dojíždění. Program je univerzální pro všechny „nejedlíky“, najdete zde proto základní přehled informací o příjmu potravy a o tom, co jej může ovlivňovat. O tom, kde mohou pramenit obtíže v jedení, jsme se dozvěděli i v rámci našeho semináře a za chvíli vám povím více. Online program je určen velmi široké skupině dětí (nebo spíš jejich rodičům) a pro mnoho rodin může dobře sloužit k seznámení se s tématem, získání uceleného přehledu informací a k přípravě na pozdější individuálně „vyladěnou“ terapii. Pokud byste měli o online program zájem, napište své požadky a získáte kód na malou (milou) slevu.

Pokud online kurz nestačí, můžete se přihlásit na individuální terapii. Ty probíhají primárně přímo v centru (nově sídlí Škola papání na Praze 8 v Libni), možné je domluvit se i na setkání v prostředí domova, případně online.



Co tedy dělat, pokud máte zájem o služby nabízené Školou papání?

Podívejte se na [webové stránky](#), kde najdete víc informací včetně potřebných kontaktů nebo prvního vstupního dotazníku k terapiím. První terapii předchází důkladný proces mapování situace a potřeb rodiny pomocí několika dotazníků a odesláním videa, ve kterém dítě papá. Pokud byste se nejprve rádi seznámili s tímto tématem, můžete zkusit online kurz.



ŠKOLA PAPÁNÍ

UČÍME DĚTI JÍST

A proč tedy některé děti špatně jedí?

O důvodech jsme společně v rámci semináře mluvili celé dopoledne a ani to nám nestačilo – vězte, že důvodů a jemných souvislostí může být mnoho. Některé z těch, které mě obzvláště zaujaly nebo i překvapily, vám stručně představím.

Začnu od konce, který jste možná nečekali – od smyslového vnímání. Při své práci se často setkávám s dětmi, které jsou velmi citlivé na určité podněty – hmatové, sluchové, čichové a další. **Celý proces příjmu potravy je hodně smyslově intenzivní záležitost.** A to i z hlediska hmatu: nejen, že se často jídla dotýkáme rukama, zašpiníme nebo zamokříme si jím oblečení, potažmo některou z našich částí těla, jídlo navíc končí v puse. A pusa je velmi citlivým místem na našem těle. Když je pak nějaká potravinu hmatově zajímavá, jako například slizký a trochu lepivý banán, může to způsobit pěknou neplechu. Pro některé děti může být velkým úkolem už jenom určitou potravinu tolerovat v místnosti, ve které se dítě nachází, k jedení se dostávají postupně přes přiblížení se k potravíně, sáhnutí, olíznutí, ochutnání

(a i vyplivnutí). Každý krůček pak může stát velké úsilí a hromady času k tomu. Hodně potravin s sebou nese další smyslové vjemy, které mohou být pro někoho náročné – něco nevábne voní, jiné zase nahlas křupe. A když do toho má děťátko třeba rýmu, může slyšet křupání kvůli zalehlým uším ještě intenzivněji.

Negativní vliv na pocity při jedení mohou mít i další skutečnosti. **Klíčové je například dosažení určité úrovně motoriky v oblasti obličeje a úst:** na příjmu potravy se podílí nespočet svalů, každý hraje svou roli. Ověřit si důležitost mechanického zpracování potravy můžeme i my pomocí malých experimentů: rozžvýkejte jednu křupku na jemnou kaši, tu si poté přesuňte pomocí jazyka do jeho středu a tam zkuste kaši spolknout – bez posunutí kaše do stran. Daří se to? Je to příjemné? A co takhle rozžvýkat křupku tak, že použijeme pouze pohyb čelisti nahoru a dolů, ne do stran, jaké je to teď? Tento experiment nám nabídla Jitka Ludvíčková a společně jsme si ho ve Škole papání zažili a shodli jsme se na tom, že nám tento způsob žvýkání příjemný není. Žvýkání trvalo dlouho a hlavně, požitky z požívání dobré křupky se nám dočista vytratil.

Během semináře jsme mluvili i o **dalších faktorech ovlivňujících příjem potravy.** Jedná se např. o celkovou motoriku dítěte, prožívání aktuální tělesné nepohody jako je nemoc, reflux, zácpa nebo třeba růst zubů, prostředí, ve kterém se jí. Vliv může mít také chování a naučené postupy, ať už na straně dítěte, nebo i na straně rodiče.

Moc se mi líbil **obraz ledovce**, který nám Jitka popsala.

Představte si ledovec. Dítě nejí nebo jí špatně, vzteká se, odmítá určité potraviny. To je to, co my vidíme nad mořem, to je špička ledovce. Abychom však přišli na to, jaký důvod toto chování má, jak vypadá jeho příčina, a abychom mohli poté s příčinou pracovat, musíme se ponořit do důkladného prozkoumávání a objevování nových zákoutí ledovce, které jsou nám zatím skryty pod mořskou hladinou. Je prima, že máme možnost si k tomuto procesu přizvat Jitku Ludvíčkovou, která už podobné ledovce zná, tuší, na jaké části ledovce se soustředit, kam plavat teď, a kam až potom a ta neznámá zákoutí nám zkrátka pomůže objevovat.

Zuzana Havelková, poradkyně rané péče

ROZHOVOR O INTEGRACI S PETROU MAYEROVOU Z MŠ KARDINÁLA BERANA PLZEŇ

*Nástup dítěte do mateřské školy je pro každé dítě zásadním životním mezníkem, během kterého potřebuje velkou podporu od rodičů i od personálu školky. A jedná-li se navíc o dítě se speciálními potřebami, musí být podpory a pochopení mnohem a mnohem více. Zdaleka ne všechny školky jsou připravené přijmout dítě s postižením, o to větší radost v rané péči máme, když vidíme, že to jde. V Plzeňském kraji moc rádi spolupracujeme s [Mateřskou školou kardinála Berana Plzeň](#), ve které se integrace daří dlouhodobě. Proto nás napadlo položit pár otázek týkajících se integrace paní ředitelce **Petře Mayerové**.*

Co bylo hlavním impulsem otevřít se dětem se speciálními potřebami?

Již od studií na střední pedagogické škole, kdy jsem

se připravovala na splnění snu o práci s předškolními dětmi, jsem vnímala vztah k dětem s postižením. Dále v průběhu pracovního života jsem neměla možnost se vydat tímto směrem. Až po narození třetí dcery, kdy jsem úspěšně vystudovala vysokou školu se státní zkouškou ze speciální pedagogiky, jsem dostala příležitost pracovat ve speciální třídě mateřské školy. Uvědomila jsem si, že mě péče a podpora dětí se speciálními potřebami naplňuje, že je úžasné vidět každý jejich sebemenší posun, a zjistila jsem, že ne každý je tímto směrem naladěný. Vzdělávání těchto dětí stále není v plném rozsahu zajištěno, tak proč bychom se na něm nemohli podílet my? V tomto zámeru mě ukotvila víra v Boha, láska k bližnímu, touha po službě potřebným a další hodnoty, které se v dnešní společnosti „moc nenosí“.



Kolik dětí se speciálními potřebami v současné době ve školce máte, jakou podporu hlavně potřebují?

V naší mateřince poskytujeme vzdělávání a péči pěti dětem se speciálními vzdělávacími potřebami (SVP), tedy v každé z našich tříd je umístěno jedno dítě se SVP, v jedné třídě jsou takové děti dvě se sdíleným asistentem pedagoga. Významnou součástí naší práce vidím již v základní podpoře celé rodiny, která potřebuje vědět, že jejich dítěti jsme schopni poskytnout kvalitní a bezpečné prostředí. Za důležité považuji, aby maminka, na níž leží největší váha péče o dítě, mohla využít čas pro naplnění svých potřeb a načerpat vše potřebné pro další péči o své milované dítě. Každé dítě je jiné, má jiné potíže, a to se snažíme poctivě zjistit ve spolupráci s rodinou a odborníky, kteří mají dané dítě v péči, snažíme se o co největší provázanost.

Určitě by bylo jednodušší děti se speciálními potřebami odmítat, proč to tedy děláte, co vám integrace přináší?

Je pravdou, že integrace je často „komplikací“ běžného chodu školy, což jsem sama zakusila v příběhu naší imobilní holčičky s dětskou mozkovou obrnou při řešení bezbariérovosti na naší pobočce ve čtvrti



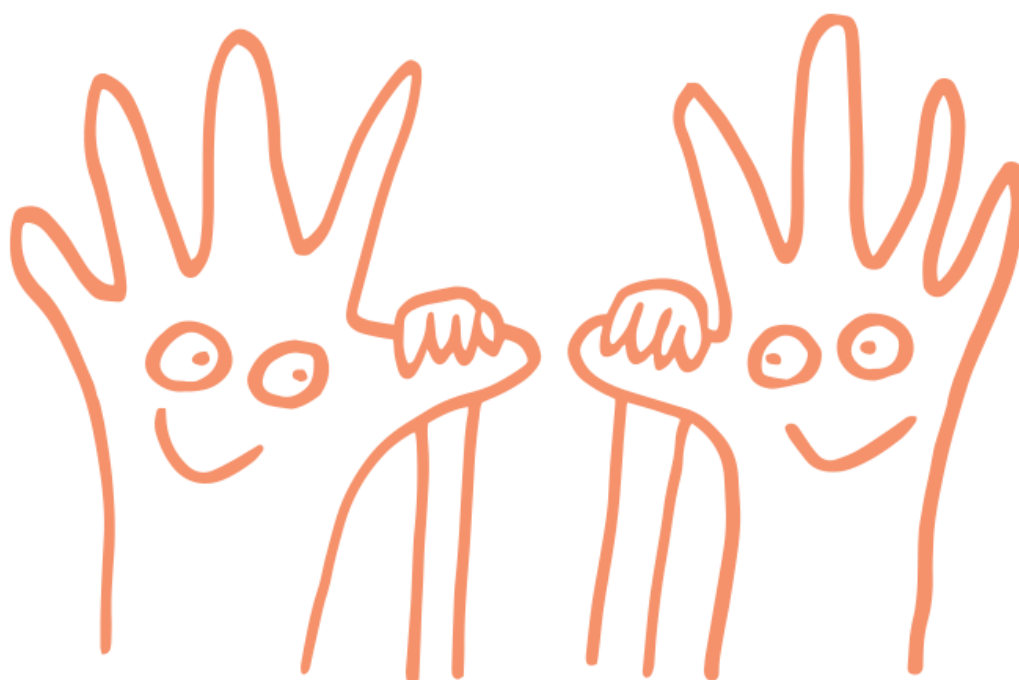
Mateřská škola
kardinála Berana Plzeň

Košutka. Někdy je složité personální zajištění v roli asistenta pedagoga apod., ale přesto integraci dětí se SVP považuji za naprosto přirozenou a důležitou. Vždy je třeba zhodnotit jednotlivý případ, možnosti zajištění podmínek a přínos pro dané dítě, ale i kolektiv třídy, který nemůže být diskriminován, ale zcela jistě též obohacován.

Existuje nějaký jednoduchý návod na úspěšnou integraci?

Jako dobrý základ pro úspěšnou integraci vidím samozřejmě vzdělání a ochotu učit se novým věcem. Dále v otevřeném a pokorném srdci, úctě a poctivosti ve vnímání dítěte se SVP jako každé jiné dítě, toho po jeho podpoře a sdílení radosti z každého sebe-menšího pokroku. Za podstatné též považuji zázemí v kolektivu pedagogických i ostatních pracovníků, které sdílí stejnou vizi a filozofii, a v tom mám obrovské štěstí.

Ptala se Pavla Foster Skalová, poradkyně rané péče



DO ŠKOLKY KE ŠKOLCE

Mateřskou školku Dolní Měcholupy najdete, i když jste tam, stejně jako já, nikdy dříve nebyli.... Kousek od zastávky autobusu (zastávka Dolnoměcholupská) je ulice Ke Školce a na jejím konci samotná školka.

Budova nezapře, že Měcholupy byly ještě nedávno vesnicí, přízemní domek s velkou zahradou a stojanem na kola za brankou vás rovnou láká dovnitř. Ve věkově homogenních třídách je přihlášeno kolem 24 dětí.

Integrace se školka nebojí, paní ředitelka, paní učitelky i paní asistentky pro každé dítě hledají optimální přístup. Pomoci, ale nepomáhat, hledat řešení, nikoli zdůrazňovat překážky a potíže.

Ivánek do školky chodí už druhým rokem, zatím jen na dopoledne. Spaní ve školce je výzva až na příští rok, i proto se na ni bude Ivánek s rodiči připravovat už v létě...

Školka přijímá pouze spádové děti, Ivánek se tak do ní dostal už ve třech letech. Kapacity pomalu přestávají stačit, ale zřizovatel hledá prostory pro další rozšíření.

Chodit Ke Školce je prostě prima!

Veronika Strenková, poradkyně rané péče



ŠKOLIČKA CTA

Davídek navštěvuje soukromou MŠ i Školičku – skupinovou terapii v [Centru terapie autismu](#). Proč jste se rozhodli pro kombinaci?

Davídek dochází do Školičky v CTA jednou za týden na dvě hodiny. Rozhodli jsme se využít tuto nabídku zejména proto, že Davídek se tam učí a trénuje dovednosti, které využije právě při každodenním kontaktu s vrstevníky v běžné (byť soukromé) školce. Je pro nás velmi důležité, aby se učil fungovat v kolektivu dětí, aby rozvíjel komunikační dovednosti, učil se oslovit jiné děti, domluvit se s nimi na hře a vzájemném půjčení hraček. Děti pracují také na sebeobsluze. Terapeuti ve školičce rovněž dělají logopedická cvičení a nacvičují porozumění. Hrají základní dětské hry, čtou si pohádky, o kterých si potom povídají. Společně také svačí, slaví narozeniny jednotlivých dětí, Vánoce nebo třeba Mikuláše.



Po sedmi měsících můžete posoudit přínos docházky do Školičky. V čem pozorujete, že Davídkovi nejvíce pomohla?

Davídkovi nejvíce pomáhá začlenit se do kolektivu vrstevníků. Byl i předtím schopen ve školce fungovat bez velkých problémů. Neumí to ale s ostatními dětmi. Je vidět, že Školička ho v tomto směru posouvá, více napodobuje ostatní děti, snaží se zapojovat do jednoduchých her, počkat, až na něj přijde řada a zároveň odpovědět i v situaci, kdy nemá „svůj klid“. Hlavně ale on sám stojí o zapojení se do činností s ostatními dětmi.

Komu byste Školičku doporučila?

Školičku bych doporučila všem dětem s autismem, které mají problémy navazovat zdravé vztahy s vrstevníky, hrát si s jinými dětmi nebo se rozdělit např. o hračky. Školička je vhodná zejména pro děti, které docházejí do mateřské školy, mám za to, že takto je také koncipována.

*Maminky Jany se ptala Veronika Strenková,
poradkyně rané péče*



MATÝSEK JE VE ŠKOLCE

Ráda bych se s vámi podělila o zkušenost, jak náš nejmladší syn Matýsek začal navštěvovat mateřskou školu. S manželem vychováváme celkem čtyři děti: tři dcery a nejmladšího syna Matýska, který se narodil v roce 2018 s Downovým syndromem.

V únoru 2021 jsme byli s Matýskem na vstupním pohovoru v SPC Štíbrova v Praze. V té době Matýsek ještě vůbec nemluvil (pouze znakoval základní sadu znaků podle Baby Signs) a byl plně na plenách. Vůbec nás nenapadlo, že by od září mohl navštěvovat nějakou MŠ. Žila jsem v domněnku, že děti na plenách do MŠ neberou, a v duchu počítala s tím, že bude Matýsek ještě minimálně rok doma. Speciální pedagožka SPC Štíbrova se mě během rozhovoru zeptala, do které MŠ bude Matýsek od září 2021 nastupovat, a mně tím totálně vyrazila dech. Podala mi základní informace ohledně možností podpory (asistent apod.) a doporučila několik školek u nás na Praze 4.

Najednou se před námi otevřely úplně nové možnosti. Začala jsem zkoumat MŠ v okolí. Všechny dcery prošly předškolním vzděláváním v duchu Montessori pedagogiky a nám bylo jasné, že Matýsek bude z Montessori přístupu profitovat ještě více. Speciální MŠ jsem proto zatím nechala stranou a snažila se kontaktovat nejdříve doporučené Montessori MŠ. Jednou z doporučených MŠ byla [Montessori mateřská škola Vyšehrádek](#) v Praze - Písnici. Původně jsem se snažila zjistit pouze informace, jak se staví k integraci dětí se speciálními potřebami, jestli už nějaké takové děťátko ve školce mají a podobně. Můj úvodní hovor s jednatelkou, paní Stárkovou, však trval přes 40 minut! Byl z něj cítit opravdový zájem pochopit Matýskovy potřeby a zjistit, jestli a jak by je šlo sladit se provozem školky. Nezazněl ani jediný důvod, proč by to nešlo. Zato zazněla spousta dobrých dotazů typu „jak u něj poznáme, že ...“, „ukážete nám jeho znaky“ a pod. Měla jsem z hovoru moc dobrý pocit. A každá naše další návštěva ve školce tento můj pocit jenom umocňovala.

Matýsek do školky nastoupil po vzájemné dohodě v říjnu 2021 s podporou paní asistentky. Do školky od začátku chodí pětikrát týdně. Nejprve chodil pouze na pár hodin, poté na celé dopoledne. Od ledna 2022 ve školce zůstává i na odpolední spaní a vyzvedáváme ho ve tři hodiny odpoledne. Tento režim mu

velmi vyhovuje. Ve školce má přístup k zajímavým Montessori pomůckám, které rozvíjí jeho hrubou i jemnou motoriku, smysl pro rovnováhu a praktické dovednosti. Rád interaguje s ostatními dětmi a o víkendu nám vše znakuje nebo ukazuje ve svém deníku. Paní asistentka nám každý večer pošle fotky z daného dne a napíše ve zkratce, co spolu s dětmi ve školce dělali. Doma z fotek tvoříme obrázkový zážitkový deník. Matýsek si ho moc rád prohlíží a komentuje. Deník nám hodně pomáhá i v době nemoci, kdy nemůže do školky. V těchto situacích si ho prohlíží i několikrát denně.

Ve školce panuje velmi přátelská atmosféra. Matýsek se v ní cítí bezpečně a do školky odchází každý den s velkým nadšením. Všechny děti ho znají a moc hezky s ním interagují. Pobyt ve školce mu velmi prospívá, každým dnem dělá nové pokroky. Jsme moc rádi, že jsme Vyšehrádek našli. Velmi si ceníme vstřícného přístupu celého týmu Vyšehrádku, jejich velkého nasazení a skutečného zájmu o děti. Zvolit pro Matýska MŠ Vyšehrádek byl v jeho životě jednoznačně velký krok tím správným směrem.

Adela Gottwaldová



Abychom doplnili pohled i z druhé strany, pár otázek jsme poslali ještě přímo do MŠ Vyšehrádek:

Jak jste se na Matýskův příchod do školky připravovali před začátkem školního roku? Co bylo všechno třeba zařídit? Kdo vám s tím pomáhal a jak?

Určitě **nejnáročnější bylo sehnat asistenta pedagoga pro Matěje**, aby to byla osobnost s citlivým, respektujícím a zároveň důsledným přístupem k dětem, která souzní s filozofií školky a ladí s celým týmem. Což se nám povedlo a získali jsme tak důležitého člena týmu, Kamilu Bláhovou, která měla nejen zkušenosti s dětmi, ale také zná práci s Montessori pomůckami, které ve školce používáme. Především v začátku bylo důležité se sladit, a tak jsme se domluvili, že by Matěj nastoupil až v říjnu. Tak jsme získali čas na zaučení a zorientování samotné asistentky. To, že paní asistentka znala prostředí a zároveň i ostatní děti, které do školky docházejí, velmi pomohlo v následné adaptaci Matěje.



Bylo potřeba už „jen“: **podpůrné opatření** – zřízení pozice asistenta pedagoga a podání žádosti o využití asistenta pedagoga k dítěti se speciálními potřebami, včetně doložení odborného doporučení ke vzdělávání vystaveného speciálně pedagogickým centrem (konkrétně SPC Štíbrova).

Doporučení SPC obsahuje podklady pro práci s Matějem. Jak ho podpořit, metody výuky, úpravu obsahu vzdělávání, formu komunikace, kritéria hodnocení. SPC sleduje a jednou ročně vyhodnocuje naplňování tohoto dokumentu.

Co vedlo k rozhodnutí o přijetí Matýska do školky Vyšehrádek?

Doporučení na naši MŠ Montessori Vyšehrádek dala rodičům Matěje paní PaedDr. Blanka Bartošová z SPC Štíbrova. Paní Bartošová doporučila nejspíš Montessori školku záměrně, protože i ostatní sourozenci Matěje navštěvovali MŠ typu Montessori. Jednoho dne nám maminka zavolala a jako každý rodič poptávala místo v naší školce. Z naší strany byly v počátku obavy, protože jsme zatím neměli zkušenost práce s dítětem s Downovým syndromem. Ale již při prvním rozhovoru vše tak nějak ladilo a bylo nám myslím oboustranně jasné, že „to chceme zkusit“! Následovalo milé setkání s maminkou a Matýskem u nás ve školce. Zjistili jsme, že přístup rodičů souzní s tím naším. Podpora ze strany rodičů, kteří byli ze školky nadšení, byla obrovská! Spolupráci a sladění s rodiči vnímáme jako velmi zásadní. Důležité byly také informace a osobní schůzka s paní Bartošovou. Vyprávěla nám o Matýskovi a o tom, jak se s dětmi s Downovým syndromem pracuje, a tak jsme cítili podporu a odhodlání ze všech stran.

Jaké byly vaše původní představy?

Vycházeli jsme z toho, co jsme se o Matějovi dozvěděli od paní Bartošové a jeho rodičů. Proběhla i společná schůzka ve školce, aby Matěj poznal prostředí, pedagoga a asistenta pedagoga. Abychom viděli, jak se ve školce cítí, jak reaguje. Často děti samy ukážou, zda je to pro ně to pravé. Představy bývají často zavádějící, a proto se snažíme dítě posuzovat až dle jeho chování, když ho potkáme osobně, ovlivňují to další faktory jako je adaptace, kdy se děti chovají jinak z důvodu nervozity apod.

Měli jste zpočátku i nějaké obavy?

Jak budeme komunikovat? Jaká bude Matěj osobnost? Jak nastavit aktivity, aby se rozvíjel, ale zároveň to nebylo příliš náročné? Jak uchopit pozici asistenta pedagoga?

Co vám pomohlo vaše obavy zmírnit?

Důležitá byla komunikace s rodiči, kteří nám poskytli podrobný popis Matějových zvyků a znaků, pomocí nichž komunikuje. Naprosto dokonale nám rodiče sepsali Matějovy vlastnosti, co je pro něj důležité, co mu pomůže v případě smutku, co má rád, co mu pomůže při komunikaci. Také proběhla schůzka s rodiči a s naší úžasnou asistentkou Kamilou, která vedla zpočátku Matěje opravdu po malých, ale jistých krůčcích, a to nám zpětně přijde zásadní! Matěj tak dostal čas se adaptovat, zorientovat se v prostředí a pravidlech naší školky. V naší skupince je přeci jen připravené prostředí pro děti ve věkovém rozmezí 3-6 let. Rozhodně **důležitá a podporující byla pomoc PaedDr. Blanky Bartošové z SPC Štíbrova**, na kterou jsme se mohli kdykoliv obrátit s dotazem.

Jak se situace vyvíjela po nástupu do školky?

Matějova adaptace v MŠ byla postupná, nastoupil v říjnu do věkově smíšené skupiny na dopolední docházku. Začlenění mezi ostatní děti zvládl velmi dobře, mezi dětmi je velmi oblíbený myslím úplně od prvního dne. V naší školce celkově panuje velmi přátelská atmosféra, děti mezi sebou mají dobré vztahy a vzájemně jsou zvyklé si pomáhat. Vše bylo podpořené dobrou přípravou asistentky pedagoga, ale i ostatních pedagogů, kteří se na Matěje těšili. Celkové ladění teamu, kdy se na Matěje opravdu všichni těšili a zadaptovaná třída, kam Matěj vstoupil, byla také jistě velká pomoc.

Po třech měsících se docházka rozšířila i na odpočívání a odpolední svačinu.

Při komunikaci nám pomáhá metoda Znak do řeči. Je to intuitivní nástroj, který napodobují i ostatní děti a navazují tak s Matějem kontakt. Nyní Matěj lépe slyší, takže je zase pro změnu důležité hodně mluvit, aby dobře slyšel.

Naším cílem je, aby se Matěj uměl o sebe maximálně samostatně postarat. Podporujeme ho v jeho samo-

statnosti. Pedagogika a filosofie Marie Montessori má všechny možnosti, jak pomoci dětem s odlišnostmi. Každodenní nácvik soběstačnosti a sebeobsluhy vede ke zvýšení kvality jejich života a integrace do společnosti.



Montessori
mateřská škola
Výšehrádek s.r.o.

V připraveném prostředí MŠ děti prochází cestou od „uchopení k pochopení“ dochází k zapojení obou mozkových hemisfér, rozvoji jemné a hrubé motoriky a koncentrace pozornosti.

Aktivity praktického života podporují péči o sebe (práce s vodou, přesýpaní, zapínací rámy), péče o okolí a zvířátka (zalévání květin, úklid, krmení a mytí želvy).

V rámci jasných pravidel mohou děti volit tu činnost, která je zrovna zajímavá (senzitivní období). Zajišťujeme pravidelný rytmus a řád, který respektuje potřeby dětí.

Ke všem dětem přistupujeme jako k jedinečné osobnosti. Podporujeme rovnocenné postavení všech dětí. Ve vztazích mezi sebou a dětmi pěstujeme vzájemnou důvěru, ohleduplnost a zdvořilost.

Nyní chodí Matěj do školky sedmý měsíc...

Z naší strany i ze strany rodiny je vidět veliký pokrok. Měli jsme možnost náhledu paní Bartošové v naší školce, což bylo pro nás důležité jako další posun! Dostali jsme několik doporučení a těšíme se, že je teď postupně zavedeme. Vlastně je to 14 dnů a již měníme to, co paní Bartošová doporučila, a opravdu to funguje!

Jak Matěje vnímají ostatní děti?

Matěj je empatický a přátelský. Inklinuje k mladším dětem. Děti vnímají Matěje pozitivně. Mají ho rády, často mu pomáhají. Jeho přítomnost nás všechny obohacuje. V rámci pedagogů pracuje rád s kýmkoliv. Když je unavený, hledá jistotu a odpočinek u Kamily, která je mu od začátku podporou a velikou oporou.

Důležitý je i pozitivní a přátelský postoj rodiny. Zdravá náklonost a laskavost v rodině vypovídá o Matějově radostném přístupu k životu.

Spolupráce s rodinou je výborná, pravidelně komunikujeme a informujeme maminku o denních aktivitách včetně fotodokumentace.

Jak je to nyní?

Matěj je důležitou součástí třídy. Děti se zajímají, zda Matěj do školky přijde, a vítají jej mezi dveřmi. Rády s ním pracují nebo mu jsou nápomocné. Svojí pozitivní energií velmi obohatil celý kolektiv, děti jsou k sobě více všíímavé a respektují, pokud například i některé z ostatních nově příchozích dětí dělá něco jinak. Děti chápou, že Matěj dělá některé věci jinak např. ve cvičebně, kam chodíme každou středu. Je pro něj náročné vydržet poslouchat instrukce pravidel bezpečnosti či her, odbíhá a děti to chápou a nedochází k tomu, že by i ony odbíhaly či porušovaly domluvená pravidla. Je určitě více situací, kdy Matěj potřebuje citlivé vedení v průběhu dne, a děti to plně respektují a chápou.

Matěj pracuje se všemi pedagogy, všechny nás velmi pozitivně přijímá. S Matějem je vždy dobře, je to opravdu dítě, které vás dokáže „pozitivně nabít“!

Rodina si vede obrazový deník a využívá i fotky ze školky, to je báječné. Čím to je, že to není problém?

Z praxe víme, že fotografie pomáhají dětem např. při adaptacích nebo při dlouhodobé nemoci, jsou stále se školkou, kamarády a pedagogy v kontaktu prostřednictvím fotografií. Fotografie zasílám všem rodičům každý měsíc. Zpracování fotografií do deníku je na rodičích a rodiče Matěje tím velmi podpořili vztah Matěje ke školce, a je to opravdu skvělé!

Vím od rodičů, že u vás ve školce znakuje i paní uklízečka, jak je to možné?

Úsměvná otázka... Náš tým zahrnuje všechny zaměstnance. Zmiňujete „paní uklízečku“, ale jde vlastně o pozici asistentky provozu, které mají v kompetenci výdej jídla či úklid prostorů. Tyto asistentky jsou pro nás důležitou součástí týmu, jsou vždy i na poradách (kde se třeba i znakování věnuje pozornost, protože jde o Matěje a záležitosti školky), a mají tak přehled o všem, co se děje ve školce. Pro nás je důležitý každý člen týmu, navzájem se nabíjíme, inspirujeme a podporujeme, odráží se to i při práci s dětmi. Všechny děti naše asistentky provozu dobře znají a vnímají, že jsou důležitou součástí školky a že jejich práce je důležitá pro to, aby nám bylo ve školce dobře. Děti se často zapojují a pomáhají asistentkám provozu při úklidu. Aktivita vychází z lidí a u nás jsou lidé, kteří svou práci chtějí dělat, ne proto, že musí, ale proto, že ji dělat chtějí.

Je nebo bylo to jiné, než jste čekali?

Měli jsme smíšené pocity, zda jsme se rozhodli správně. Zařazení dítěte s Downovým syndromem do naší školky bylo pro nás velkou výzvou, především proto, že jsme s těmito dětmi dosud neměli žádné zkušenosti. Měli jsme obavy, zda budeme pro Matěje vhodnými průvodci a oporou v jeho školkovém věku. Ale měli jsme podporu rodiny a PaedDr. Blanky Bartošové z SPC a svého rozhodnutí nelituje, bylo správné. Nevíme, co se bude dít dál, ale **věříme, že s podporou a otevřenou komunikací bude vše i nadále probíhat ke spokojenosti všech.** Věříme, že se od Matěje ještě mnohé naučíme a jsme za tuto příležitost vděční!

Na odpovědích se podílely:

Veronika Stárková – jednatelka a metodička MŠ,

Jana Běhounková – ředitelka MŠ,

Kamila Bláhová – asistentka pedagoga

Ptala se Alice Pexiederová, poradkyně rané péče

DANIELA A MONIKA

V průběhu března k nám na praxi zavítaly dvě studentky – Daniela a Monika. Pokud jste zvědaví, pojďte si přečíst, jak se jim u nás líbilo a co si z praxe odnášejí.

V čem se shodovala a v čem lišila tvá představa o rané péči před a po praxi u nás? Co tě při praxi v rané péči nejvíc překvapilo?

Daniela: „Nejvíce mne při praxi překvapilo, v kolika různých tématech, kolikrát i napříč různými obory, se musí poradkyně orientovat, aby dokázaly s rodiči naplnit jejich potřeby a pomoci jim s obtížemi, které překonávají. Před praxí jsem očekávala terénní službu poskytovanou rodinám dětí s postižením, což tak i bylo. Udivilo mě, jak málo času vlastně poradkyně na jednotlivé klienty mají. Nemyslím to ve vztahu k náplni práce poradkyně, ale tak, že pro mne bylo velmi překvapivé, jak velký je o službu zájem a jaký tlak raná péče pociťuje.“

Monika: „Realita se rozhodně neshodovala s mojí představou. V mých představách byla poradkyně člověkem, který přichází do rodiny a rozdává rady. Momentálně však poradkyni vidím spíše jako takového průvodce nelehkou situací, kterou by rodina měla procházet sama. Nabízí možnosti, ale nezahlcuje, je takovým rozcestníkem, když nevíte kudy kam.“

Co se ti teď vybaví, když se řekne raná péče?

Daniela: „Důvěrný a upřímný vztah poradkyně s rodinami, cílená podpora, velká ochota a snaha z obou stran podílet se na řešení.“

Monika: „Nejspíš velká hromada pomůcek, která mě nadchla, skvělá parta a rozhodně i tváře dvou milých holčiček, se kterými jsem potkala během konzultací.“

Jaká zkušenost z praxe byla pro tebe nejprínosnější?

Daniela: „Asi nejprínosnější pro mě byla možnost nahlédnout s poradkyněmi přímo do dění jejich práce, od příprav, přes návštěvu v rodině, až po závěrečné zhodnocení, jak to probíhalo. Také mi velmi pomohlo, zejména pro mé momentální studium, moci si popovídat o tom, jak a v jakých podmínkách raná péče funguje, jak to zapadá do celkového systému poskytovaných služeb, které tyto rodiny mají nárok získávat.“

Monika: „Rozhodně možnost účastnit se konzultací, kde si člověk doopravdy dotvoří obrázek o tom, co obnáší práce poradkyně.“

Studentky „vyzpovídala“ Kristýna Bezděková, poradkyně rané péče



POMŮCKY OD STUDENTŮ PRO RANOU PÉČI PODRUHÉ

Další vlastnoručně zhotovené didaktické pomůcky mohou zamířit k dětem do rodin. Naši studenti oboru sociální práce a sociální pedagogika převzali pomyslný „štafetový kolík“ od svých spolužáků z vyššího ročníku, kteří se minulý školní rok poprvé zapojili do spolupráce s Ranou péčí Diakonie.

Během výuky pod jejich rukama vznikaly zajímavé pomůcky podporující rozvoj dětí v různých oblastech. Hnacím motorem jim byl smysluplný cíl – podpořit vývoj dětí s postižením nebo dětí, kterým byla zjištěna rizika v jejich vývoji. Motivací jim byla i příležitost využít své dosavadní odborné vědomosti, dovednosti a zkušenosti získané během studia.

„Výrobu pomůcek pro Ranou péči Diakonie jsme si velice užily. Bavilo nás vymýšlet různé prvky, výrobky a aktivity, díky kterým si děti procvičují jemnou motoriku, kreativitu a smyslové vnímání. Velice oceňujeme, co Raná péče Diakonie pro rodiny dělá, a proto jsme

rády, že jsme se tímto způsobem mohly na malý okamžik stát její součástí,“ shrnuly studentky Markéta L. a Barča V.

Radost z dobře odvedené práce byla umocněna i osobní návštěvou žižkovské pobočky v Praze, během které se studentům věnovala poradkyně Veronika Strenková. Rozšířila jim povědomí o službě rané péče a ukázala jim didaktické pomůcky, které v rodinách již úspěšně „kolují“. Díky nim jsme získali inspiraci pro další školní rok, ve kterém se opět chystáme přispět svými výrobky do zmiňované sbírky.

Děkujeme za vzájemnou spolupráci, která nám umožňuje úspěšně propojovat teorii a praxi.

Kateřina Burianová, učitelka Vyšší odborné školy pedagogické a sociální, Střední odborné školy pedagogické a Gymnázia



KOLOBĚŽKA A STUPÍNEK

Nějakou dobu jsme spolu s rodinou přemýšleli, jak umožnit Metodějovi aktivnější přesuny. Nechtěli jsme také být při delších procházkách zcela závislí na kočárku, hledali jsme řešení, které by nám přineslo změnu a přitom i možnost trochu si odpočnout a povozit se. Nejprve jsme v blízkém okolí domova zkoušeli tříkolku Loped, ale ta není pro Metoděje ještě dobře ovladatelná a už vůbec není skladná. A pak rodina objevila v Decathlonu koloběžku pro dospělé a k ní stupínek, na kterém může stát i větší dítě, v tomto případě již šestileté:

https://www.decathlon.cz/p/detske-stupatko-na-kolobezku/_/R-p-15239



Všichni si výpravy s koloběžkou nyní moc pochvalují, mohou takto společně s ostatními dětmi na procházku bez dalšího kočáru.

Děkujeme za tip rodině Vaňkových.

Alice Pexiederová, poradkyně rané péče



KOUZELNÉ SAMOLEPKY OD ALBI

Na druhé konzultaci Kubík ukazoval poradkyni svoji Albi tužku a knížku s písničkami. Naše poradkyně nám v ten moment řekla o Kouzelných samolepkách od firmy Albi (pozn.: psali jsme o možnosti jejich využití ve [Zpravodaji 4/2021](#)), které jsme následně hned pořídili a světe div se – Kubíka to hned zaujalo a začal na ně hned krásně reagovat a naše komunikace se zase o kousek zlepšila!

Kubíkovi jsou tři roky a společně se potýkáme s vývojovou dysfázií. Kubík má hlavně problém s porozuměním a komunikací. A právě v komunikaci nám velice pomáhá zmiňovaná Albi tužka. Kubík velmi dobře pracuje s knížkami a hlavně se samolepkami, které jsem mu sama namluvila a polepila jimi hračky a pro nás důležitá místa po domě. Kubík rád baští, takže lednice určitě patří mezi důležitá místa v domě. Kubík na samolepku na lednici přiloží tužku a ta mu poví, že je to lednice a dáváme do ní jídlo. Dokonce mu i vyjmenuje jídlo, které má rád a které tam často najde. Dále jsem mu takto polepila i klasické dřevěné vkládačky s prasátkem Peppou, kterou má moc rád. U každé postavičky jsem mu namluvila, jak se jmenuje. Podobně má i vyrobené album s fotkami, kde je celá jeho rodina, ale i třeba náš dům, dům babičky, naše auto, místa, kam chodíme, a zvířata.

Každý obrázek mu tužka vlastně odvypráví od popisu, koho vidí a co s ním rád dělá. Také jsem mu do alba přidala i jeho oblíbené dětské interprety, u kterých jsem mu na tužku nahrála jejich písničky. Takže přiloží tužku k fotce a hned mu hraje jeho oblíbenou písničku.

Tyhle všechny vjemy, kdy si dokáže spojit zvuk s obrázkem, jsou pro něj nesmírně důležité, pomáhá mu to v komunikaci, kdy nám tužkou ukáže, co by chtěl. Tento systém mohu určitě doporučit všem, není to nijak náročné. Vaše děti to moc ocení a hlavně je to posune zase o kousek dále.

*Maminka Markéta Housková
a poradkyně Kateřina Cingl*



VÁLEC NA CVIČENÍ PODLE BOBATH KONCEPTU

Na zhotovení mě přivedl fyzioterapeut z lázní. Moje šetrivá a podnikavá duše nelenila, v Hornbachu jsem zakoupila [velkou stavební trubku pro kanalizace](#), ještě tam jsem hned za pokladnou uřízla rozšířený konec, aby byl válec po celé délce stejně široký, doma jsem ho pak už jen obmotala karimatkami, důkladně slepila a bylo hotovo. Mohli jsme se synem vesele cvičit u nás doma.

Ještě mám tip, že se dá dovnitř vložit menší stavební trubka a meziprostor vyplnit stavební pěnou, válec by tak pak měl mít větší nosnost, ale k tomu už jsem se nedostala, nám to se synem stačilo takto, a to nejsem sama žádné peříčko.

Dalším tipem je, že se válec dá pošíť třeba koženkou či jiným pratelným potahem, pro lepší vzhled (*pozn. — to vzápětí realizovala jedna z poradkyň rané péče*).

Mám radost, že válec bude dál hrdě sloužit dalším rodinám a někoho třeba i inspiruje k výrobě stejného. Vždyť rozdíl pořizovací ceny kupovaného hotového válce a takto vlastnoručně vyrobeného za to opravdu stojí.

At' dobře slouží a hlavně pomáhá.

Renata a Matěj

*Pozn. tento výrobek nám Renata a Matěj věnovali do naší Pomůckovny a je vám k dispozici. **Moc děkujeme.***



SPOLUSVĚT

*Jsme čtyři mámy dětí se zdravotním znevýhodněním (a samozřejmě nejen to). Naše životní cesty (zkušenosti s péčí a výchovou našich ratolestí a touha umožnit jim i sobě žít spokojený a naplněný život ve zdraví, lásce, radosti, sounáležitosti, co největší možné samostatnosti a možnosti uplatnění svých jedinečných darů) se setkaly a na konci roku 2020 vznikl spolek **SpoluSvět**.*

Naší vizí je nabídnout prostor, podporu a propojení pro pečující rodiče dětí se zdravotním znevýhodněním na Berounsku. Nabízíme Tvořivé a relaxační setkání pro pečující a jejich přátele. Tato setkání nejprve vzhledem k epidemické situaci probíhala v on-line prostředí. Nyní se již scházíme naživo u šálku teplého čaje či kávy. Odpočíváme od každodenních starostí a povinností, vyměňujeme si zkušenosti, společně se zasmějeme, podpoříme a ještě něco pěkného vyrobíme. Snažíme se tak předejít psychickému vyhoření, které může nepřetržitá péče způsobit.



Pro děti nabízíme volnočasové aktivity a terapie.

Jednou týdně je pro ně otevřena Hernička s muzikoterapií. V tomto projektu pracujeme s dobrovolníky z řad studentů Střední pedagogické školy v Berouně, kteří si s dětmi, jimž se právě nevěnuje muzikoterapeutka, hrají (rozdvíjejí jemnou motoriku prstů pomocí manipulačních činností s různými druhy materiálů a nástrojů, stavebnic a her), nacvičují schopnost soustředění, dokončování činností, dodržování pravidel, sociální interakce, umění radovat se ze hry, přijímat porážku a prožít výhru.

Dalším projektem tohoto roku je **Čtenářský klubík**: probíhá v knihovně, tedy v prostředí, kde se knihy přirozeně nacházejí. Individuální přístup a přátelské prostředí vede malé čtenáře/posluchače k prožitku čtení jako zábavy a přirozené součásti života. V klubíku se zaměřujeme nejen na rozvoj čtenářských dovedností, soustředěného poslechu, porozumění textu, slovní zásoby a vyjadřovacích schopnos-

tí, ale i na různé zpracování přečtených příběhů za použití prvků arteterapie (ilustrace, tvorba kulis, loutek, dramatické ztvárnění). Nedílnou součástí je i dobrovolná služba pro seniory – donáška knih do domu.

Pro mladé dospělé s mentálním hendikepem, kteří již nenavštěvují školská zařízení a nemají příliš možností se setkávat se svými vrstevníky, připravujeme **Klub mladých**.

V našem prostoru probíhají také odborné přednášky a muzikoterapie pro pečující, které jsou realizovány Centrem pro komunitní práci. Jejich grantový projekt „Pečovat a žít doma je v pořádku“, z nějž se financovali lektoři a odborníci, však bohužel letos v červnu končí.

Na první pololetí letošního roku se nám podařilo získat finanční podporu od nadace Tipsport na terapeutickou činnost. Díky tomu mohou rodiče využít nabídku logopedie a ergoterapie, které jsou částečně financovány z tohoto zdroje.

Naším cílem je zachovat a dále rozšířit současnou nabídku odborné péče a poradenství, protože účinnost těchto služeb je výrazně vyšší, pokud je lokální, a děti ani rodiče nejsou vyčerpaní náročným cestováním. Proto hledáme další možnosti financování a uvítáme jakýkoliv nápad, inspiraci a pomoc.

Jste z Berounska a zaujala vás naše činnost? Kalendář probíhajících akcí a další informace a kontakty najdete na www.spolusvet.cz.

Osobně se setkáváme v berounské klubovně na adrese Plzeňská 35. Najdete nás také na sociálních sítích – [facebook](#) a [instagram](#).

Lenka Hlaváčková, bývalá klientka rané péče



NAPLNĚNÍ PLNOSTÍ

O plném prožívání přítomného okamžiku jste si mimo jiné mohli přečíst v zimním Zpravodaji v roce 2021.

Rok 2022 nezačal příliš optimisticky – covid nechtěl opustit své hostitele navzdory posilující dávce očkování. A na jaře se rozpoutalo nečekané – válka na Ukrajině, reálně nedaleko našich domovů, u našich skoro-sousedů i reálných sousedů v domě, městě, vesnici...

Stres tedy na nás útočí z mnoha stran a my se musíme vypořádat s jeho nástrahami. Techniky [mindfulness](#) mohou být dobrým vodítkem, vždyť mají kořeny ve staré jogínské tradici...

A novodobá věda k tradici přidává teorii, výzkumy (víte, že 47% lidí se nesoustředí na to, co právě dělá?), semináře, terapie...

S transformací našeho vědomí však můžeme začít i my sami, třeba právě teď technikou vědomého dýchání, např. [v mobilních aplikacích](#).

Při vědomém dýchání je základem naučit se vnímat sebe sama, otevřeně v daném okamžiku přijímat vše, co právě zažíváme, cítíme... Tedy častý opak naší každodennosti, kdy býváme zahlceni úkoly, podněty, takže na vědomé propojení se sebou samým nemáme ani pomyšlení!

A pokud se praxi všímavosti dokážeme věnovat pravidelně, ideálně denně (třeba jen tři minuty nebo se alespoň kdykoli během dne jen pár vteřin zaměřit na svůj dech), zásadně se zlepší naše schopnost soustředění, tedy i náš výkon.

Při nácviku se osvědčují dvě cesty – zaměření se na pohyb břicha nebo na proudění vzduchu na nosních sliznicích. Pro začátek pomáhají nahrávky s vedením, případně s hudebním podkresem.

Způsobů, metod, učitelů a mistrů najdete spoustu.

Nejdůležitější je začít a vytrvat. Hodně zdaru!

Veronika Strenková, poradkyně rané péče



NÁŠ TÝM — VERONIKA STRENKOVÁ

Asi většinou znáte z konzultací u vás doma jen svou poradkyni, z prvního setkání si možná vybavujete ještě její kolegyni, z telefonu nebo při předávání pomůcek v kanceláři na Barrandově potkáváte naši koordinátorku, z mailového nebo telefonního poradenství k sociálně právní tematice naši specialistku na tento obor.

Rozhodly jsme se, že se vám budeme postupně trochu více představovat, abyste viděli, kdo za prací, která se k vám dostává prostřednictvím naší služby, stojí.

Začínáme představením Veroniky Strenkové.

Veroniko, co všechno tvoje práce obnáší mimo běžnou náplň práce poradkyně?

Alice, to je těžká otázka... Mám pocit, že vše, co dělám, souvisí s mou poradenskou prací. Pro představu čtenářů, kteří mě třeba neznají – dělám tzv. mapující rozhovory, tedy rozhovory se zájemci o službu, kdy hledáme, zda raná péče je to, co právě potřebují, případně nabízím další možnosti (např. terapie, předškolní zařízení) nebo užitečné informace, které rodiny mohou využít v době čekání na službu. Jako nejdéle sloužící poradkyně pro Prahu jsem „krajka“ (tedy něco jako krajská vedoucí), snažím se spolu se všemi kolegyněmi, aby to v Praze co nejlépe šlapalo... Už přes deset let se Zuzanou Sýkorovou spolupřítelám a vedu znakovací kurzy. V rámci Asociace rané péče se podílím na vzdělávání jako lektorka a provádím šetření kvality poskytovaných služeb na jiných pracovištích, tzv. garanci. A ráda a hojně přispívám do Zpravodaje!

Co tě na práci baví?

Vlastně pořád skoro všechno! Těší mě jezdit do rodin a spolu s rodiči hledat, co a jak dál. Inspirující je pozorování dětí (co, jak a proč asi dělají?) doma i ve školkách a v čem se interakce v různých prostředích liší. Moc ráda mám setkávání se všemi kolegyněmi – lidsky i odborně si z nich mnohé odnáším. Těší mě, jak se během více než dvaceti let mého působení v rané péči tento obor rozvinul. A taky mě baví sebepozorování, takový pokus sledovat kam, v čem a jak se sama posunuju.

Co tě poslední dobou potěšilo a naopak rozesmutnilo?

Těší mě, a to již delší dobu, jak se mění sami rodiče – k větší sebedůvěře, samostatnosti v rozhodování

i vnímání vlastních potřeb. Ohromný skok vidím zejména u tatínků. Jak se z nich stávají skuteční partneři pro své ženy, tátové svých dětí. Mladším generacím to připadá úplně přirozené, a to je báječné! A malé radosti zažívám každý den – to by bylo na kroniku!

Jsem životní optimista, tak obvykle nesmutním moc dlouho ani často. Ale určitě jsem aktuálně ve směsi negativních pocitů vzhledem k situaci na Ukrajině... Ty asi přebíjejí všechny malé bolístky.



Z čeho bereš energii?

To kdybych věděla... Určitě z dobrého zázemí – osobního i pracovního, z pocitu smyslu vlastního usilování – i když napsané to vypadá příliš melodramaticky. A z humoru – schopnosti zasmát se i v těžkých situacích, nakonec i sama sobě.

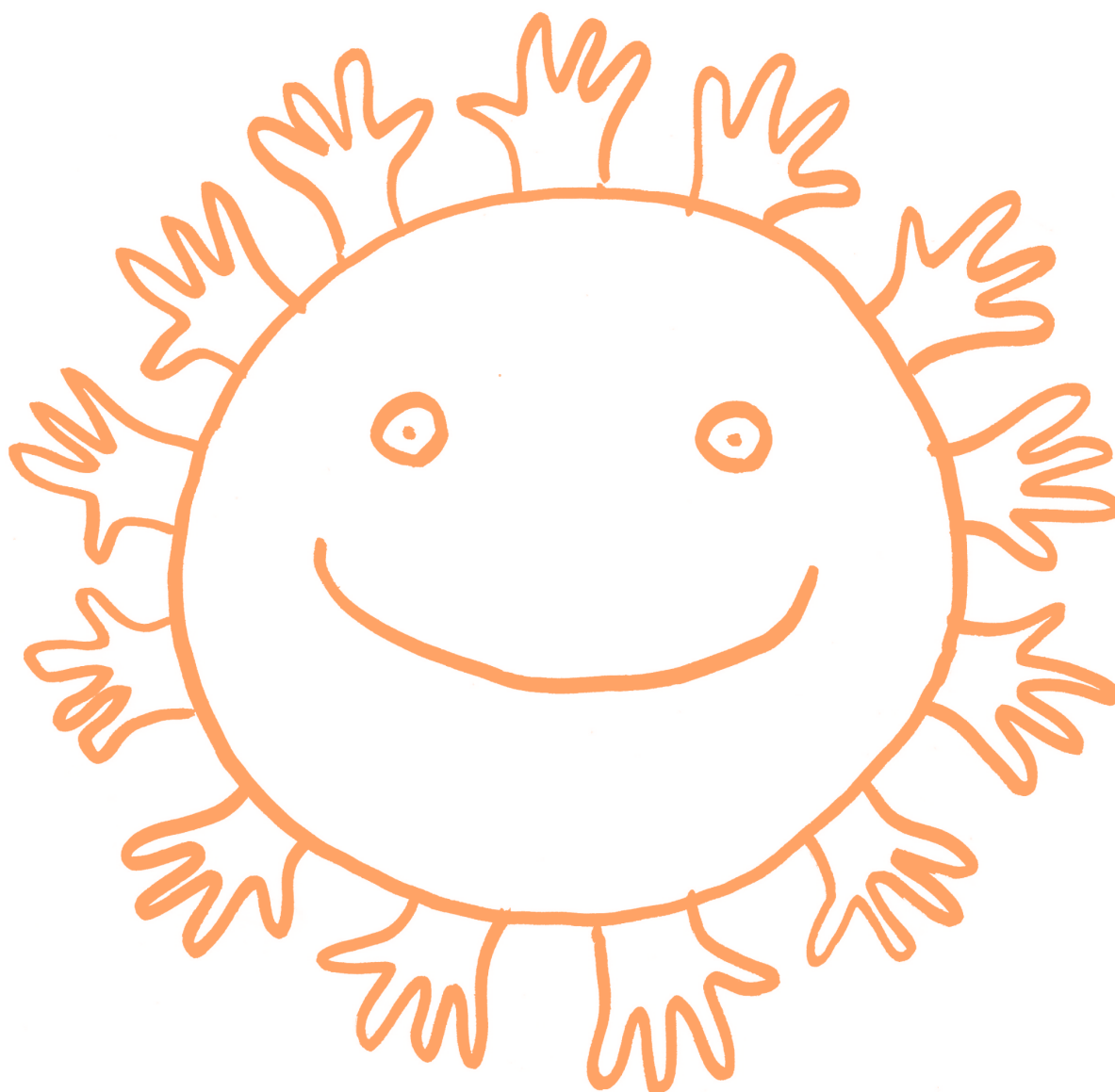
Vím, že nejraději žádné „hračky“ nepoužíváš, co tedy jsou tvoje „nástroje“?

Rodiny vědí, že občas nějaké hračky nosím! Ale máš, Alice, pravdu, čím jsem starší, tím víc „redukuju“, vnímám, že hračky nejsou úplně podstatné. A rodiny mi moje názory často dosvědčují: „Hračky ho nezajímají, ale rád se hraje v šuplíku v kuchyni, s tátou montuje v dílně.“ Navíc ve většině rodin hraček spíš

přebývá, než by se jich nedostávalo. Asi k tomu všemu přispěla i má lenost, prostě se mi možná jen nechce tahat velké tašky. Ale na druhou stranu mám své favority – tzv. „samodomo“ hračky (podomácku vyrobené, recyklované, ty, které v obchodě nekoupíte), ráda využívám běžné předměty k jinému účelu – třeba lano na chození a různé pohybové hrátky. Rodiny si zatím nestěžují. Vím, že tím neodpovídám na otázku. Že by nástrojem a metodou bylo pozorování toho, s čím a jak si dítě hraje, pokus o přiblížení se k němu a společná radost z toho, že jsme teď a tady spolu?

Veroniko, děkujeme za zamyšlení i představení!

Ptala se Alice Pexiederová, poradkyně rané péče



Copyright © červen 2022 Raná péče Diakonie
All rights reserved.

Redakční práce: Alice Pexiederová

Sazba: Lucie Černíková

Ilustrace: Martin Rybář

Autorka postavičky z titulní

stránky: Galina Miklínová

Pracoviště Rané péče Diakonie:

Machatého 683/10, Praha 5

Domažlická 1159/9, Praha 3

Mírové nám. 19, Horažďovice

Jindřichova 337, Děčín

Kontakt:

tel: 235 518 392

e-mail: info@rana-pece.cz

www.rana-pece.cz

www.facebook.com/RanaPeceDiakonie

www.instagram.com/rana_pece_diakonie



Jsme součástí **Diakonie ČCE - Střediska celostátních programů a služeb**

Čajkovského 1640/8

130 00 Praha 3

www.scps.diakonie.cz

Ředitel: David Michal

Vedoucí rané péče:

Mgr. Anna Slováčková

Koordinátorka:

Petra Dušánková

Poradkyně rané péče:

Mgr. Barbora Jiráková

Mgr. Alena Kunová

Mgr. Pavla Foster Skalová

Mgr. Veronika Strenková

Mgr. Kristýna Bezděková

Bc. Alice Pexiederová

Bc. Monika Menclová, DiS

Mgr. Zuzana Havelková

Bc. et Bc. Adéla Závorková

Bc. Alexandra Chomiszaková

Mgr. Vlasta Spilková

Mgr. Kateřina Cingl

Mgr. Eva Vedralová

PhDr. Kateřina Štinglová

Bc. Sabina Havrilčová

Mgr. Pavla Těhničková (na RD)

Mgr. Ewa Svoboda (na RD)

Bc. Barbora Kremlová (na RD)

Sociální pracovníce:

Mgr. Lucie Černíková

Děkujeme paní **Jitce Rohanové** za první korektury textů a **všem statečným přispěvatelům** za chuť se s námi podělit o své zkušenosti.

**NEMÁTE-LI ZÁJEM ZPRAVODAJ DOSTÁVAT, NAPIŠTE PROSÍM VÁŠ POŽADAVEK
NA INFO@RANA-PECE.CZ.**