

Metodika základních úkonů

Obsah

1. Pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu.....	2
1.1. Pomoc při oblékání a svlékání včetně speciálních pomůcek.....	2
1.2. Pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík.....	3
1.3. Pomoc při prostorové orientaci, samostatném pohybu ve vnitřním prostoru.....	3
1.4. Pomoc a podpora při podávání jídla a pití.....	4
2. Pomoc při úkonech osobní hygieny nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu	5
2.1 Pomoc při úkonech osobní hygieny.....	5
2.2 Pomoc při použití wc.....	8
3. Poskytnutí stravy.....	8
4. Výchovně, vzdělávací a aktivizační činnosti	9
4.1 pracovní výchovná činnost	9
4.2 nácvik a upevňování motorických, psychických a sociál. schopností a dovedností ...	9
4.3 vytvoření podmínek pro zajišťování přiměřeného vzdělávání nebo pracovního uplatnění	10
Jednotlivé činnosti	10
1) Práce v šicí dílně.....	10
2) Práce v keramické dílně.....	10
3) Práce na tkalcovském stavu	11
4) Výtvarné činnosti.....	11
5) Cvičení v rehabilitační místnosti	12
6) Cvičný byt.....	12
7) Duchovní aktivity	13
8) Hudebně-relaxační činnosti	13
9) Práce na počítačích	14
10) Rozvoj paměti a postřehu.....	15
5. Sociálně terapeutické činnosti.....	15
6. Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím.....	16
7. Pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí	16

Základní úkony jsou poskytovány v souladu se zákonem 108/2006 Sb., o sociálních službách a vyhláškou č. 505/2006 Sb. ve znění pozdějších předpisů. Základní úkony jsou stanoveny ve smlouvě a úhrada za ně je dána dle míry podpory a pomoci.

1. Pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu

1.1. Pomoc při oblékání a svlékání včetně speciálních pomůcek

Úkon zahrnuje:

- rozepínání a zapínání přezek, spon, suchých zipů,
- rozvazování, zavazování tkaniček,
- svlékání/oblékání oděvů,
- základní úprava o očista oděvů,
- skládání a úklid oděvů (při převlékání do pracovního/civilního oděvu),
- zapínání rozepínání knoflíků, zipů,
- nasazení šály, rukavic, čepice,
- používání kompenzačních a speciálních pomůcek pro dané činnosti

Cíl: Klient bude oblečen (svlečen) do předem určeného šatstva. Klientovi pomůže být nasazena pomůcka, kterou používá.

Doporučení: Pokud klient používá speciální pomůcky, je nutné se předem zacvičit v jejich používání (dle instrukcí klienta, rodinných příslušníků atd.).

Pomůcky: Pomůcky klienta.

Proces:

- Klient má přichystány pomůcky a šatstvo nebo ho vybere za podpory pracovníka ze skříňky, použité šatstvo pracovník odkládá na předem dohodnuté místo.
- S dopomocí pracovníka se klient obléká nebo svléká, celou dobu ho povzbuzujeme k co největší samostatnosti při realizaci tohoto úkonu.
- Imobilní klient je oblékán pracovníkem, a to tak, aby tento proces byl šetrný a nebyl pro klienta nepříjemný.
- Nakonec svlečené prádlo složíme a uklidíme na místo nebo vyzveme klienta k jeho úklidu.
- Pracovník poskytuje klientovi verbální podporu – slovně ho vede při procesu oblékání, svlékání, úklidu apod. nebo mu fyzicky podporuje – dopomůže v činnosti, kterou klient nezvládne nebo poskytuje fyzickou pomoc, tzn. celý úkon provede sám.
- Vždy respektujte intimitu klienta!

Upozornění: Dbejte taktně a citlivě na vhodnost oblečení k dané příležitosti. Klienta jemně upozorněte na nepříliš dobrý výběr ošacení (např. venku mrzne a klient chce jít na vycházku v lehkém oblečení) a zkuste po dohodě zvolit jinou variantu oděvu.

Výsledek: Klient je oblečen, event. svlečen dle domluvy.

Pozor na: Dodržení tempa a návyků klienta.

1.2. Pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík

Úkon zahrnuje:

- **Zajištění pravidelné změny polohy, především u imobilních klientů**
- **Přesun klienta za pomoci využití kompenzační pomůcky**
- **Přesun klienta za pomoci druhé nebo více osob**
- **Správné polohování klienta**

Cíl: Co nejšetrněji přesunout klienta na místo, kam potřebuje.

Doporučení: Při zahájení poskytování služby je důležité znát postup předem, event. s někým zkušeným nacvičit.

Pomůcky: Dle vybavení klienta (popruhy, zvedáky), vozík.

Proces:

- Klienta uveďte do polohy sedu nebo polosedu (pokud to jeho zdravotní stav dovoluje).
- Dle individuální zvyklosti a dle počtu přítomných osob klienta uchopte (v podpaždí, kolem ramen, trupu).
- Domluvte se s klientem, jakým způsobem bude přesun probíhat.
- Při úkonu dbejte na naši i klientovu bezpečnost, s klientem zacházejte opatrně a povzbuzujte ho k co největší spolupráci.
- Dle pohyblivosti a hmotnosti klienta zvažte své síly a popřípadě si pozvěte na pomoc další 1 až 2 osoby nebo použijeme zvedák.
- Vozík postavte do blízkosti lůžka, ale opačným směrem.
- Klienta na posteli posaďte tak, že mu nachystáte nohy na okraj postele, vezmete ho za ramena či ruce a potáhnete ho směrem k sobě, klient tak bude sedět na posteli se spuštěnými nohama.
- Pokud se klient dokáže dostatečně opřít o nohy a přidržet se nás za ramena nebo kolem pasu, dejte si jeho nohy mezi svoje, přidržte je koleno, obejměte klienta kolem trupu pod jeho pažemi, otočte se s ním kolem své osy a přesuňte ho opatrně na vozík.
- Pokud je úkon pro jednu osobu těžký a nebezpečný, přizvěte si na pomoc další osobu či osoby, posazení na lůžku proveďte obdobně jako v předchozím bodě, pak každá osoba vezme klienta z jedné strany pod paží a pod kolenem a opatrně ho usadí do vozíku.
- Pokud nelze ani tímto způsobem klienta bezpečně přesunout, použijte zvedák.
- Přemístěte klienta na požadované místo.

Výsledek: Klient je dle potřeby přemístěn na požadované místo.

Pozor na: Dodržování tempa klienta – nespěchat. Na jeho nemocné či bolavé části těla – ptát se.

1.3. Pomoc při prostorové orientaci, samostatném pohybu ve vnitřním prostoru

Úkon zahrnuje:

- **Orientaci v denním stacionáři**
- **Bezpečná manipulace s kompenzační pomůckou při pohybu**
- **Překonávání překážek (schod, práh apod.)**

- **Chůze do a ze schodů**
- **Manipulace s výtahem**

Cíl: Klient ví, kde se nachází a kde má pomůcky pro denní potřebu.

Pomůcky: Chodítko, vozík, berle, francouzské hole atd.

Proces:

- Po domluvě klienta bezpečně přemístíte na požadované místo. Jedná se o doprovod klienta pomocí přímého doprovodu (klient se drží pracovníka) nebo nepřímého doprovodu (pracovník pokyny směřuje klienta, otvírá a zavírá dveře).
- Domluvte se s klientem na tom, jakým způsobem bude chtít při pohybu pomoci, jaké pomůcky k tomu potřebuje a kam bude chtít doprovodit.
- Nachystejte klientovi kompenzační pomůcky.
- Pomozte mu vstát či přesunout se na vozík.
- Celou dobu chůze poskytněte klientovi nutnou oporu, ptejte se ho, zda se mu jde dobře, chodte vedle klienta a jistíme ho rukou zepředu, aby nespádl.
- Při lehké nestabilitě klienta se s ním držíme raději u stěny, aby se o ni mohl eventuálně opřít.
- Upozorňujte klienta na překážky v cestě a pomáhejte je bezpečně překonat.
- Při špatné prostorové orientaci navádějte klienta svým hlasem nebo ho směřujeme svým tělem.
- Nakonec pomozte klientovi s posazením a odložením pomůcek.

Výsledek: Je zachována orientace klienta ve vnitřním prostoru.

Pozor na:

- dodržování tempa klienta
- ověření si, zda je klient schopen se příště pohybovat sám

1.4. Pomoc a podpora při podávání jídla a pití

Úkon zahrnuje:

- **Příprava ke stolování**
- **Vybalení potravin z obalu**
- **Porcování nebo speciální úprava stravy**
- **Používání lžice/příboru**
- **Podávání stravy včetně specifických technik a postupů**
- **Manipulace s uzávěry tekutin**
- **Přelití tekutin**
- **Příprava tekutin**
- **Podání tekutin včetně specifických technik a postupů**
- **Verbální asistence v procesu podávání jídla a pití**

Cíl: Zajištění pomoci a podpory při podávání stravy.

Pomůcky: Vhodný oděv, příbor, nádobí, servírovací ubrousky, láhve event. jiné pomůcky na podávání stravy.

Proces:

- Při podávání jídla a pití dodržujte hygienické podmínky.

- Připravte pro stolování vhodné podmínky.
- Stravu servírujte klientům ke stolu.
- Klientovi, který se nezvládá najíst sám, dejte dostatek času, upravte jeho polohu, k podávání stravy používejte vhodné nádoby a pomůcky. Dle potřeby stravu nakrájejte na kousky, rozmělněte, rozmixujte. V případě potřeby jídlo podávejte do úst.
- Stravu podávejte v dohodnutém čase.
- Pracovník dbá na pitný režim během celého dne, pokud je s rodinou dohodnuta evidence příjmu tekutin, provede pracovník jeho záznam.
- Respektujte vždy individuální přání klienta, jeho zvyky a potřeby, tempo, zdravotní omezení.
- Použité nádoby odneste na předem určený vozík. Pracovník odpovědný za stravu použité nádoby umyje.
- Vždy vycházejte z individuálních možností a schopností klienta daných jeho momentálním stavem – to, že včera něco klient zvládl sám, neznamená, že to zvládne i dnes.

Výsledek: Klientovi byla podána vhodná strava, předem dohodnutým způsobem. Pokud klient chce podat jinou stravu (např. diabetik chce podat sladký moučník), nese sám přiměřené riziko.

Pozor na: Nedodržování hygienických zásad a nerespektování tempa a zvyklostí klienta při jídle (zbytečný spěch pracovníka).

2. Pomoc při úkonech osobní hygieny nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu

2.1 Pomoc při úkonech osobní hygieny

Úkon zahrnuje:

- **manipulace s vodovodními kohoutky**
- **mytí rukou a obličeje**
- **používání mýdla/dávkovače**
- **použití ručníku/manipulace se zásobníkem na papírové utěrky**
- **smrkání**
- **ošetření kůže**
- **česání vlasů**
- **stříhání nehtů na rukou**
- **hygienu dutiny ústní**
- **koupel v masážní vaně**
- **mytí těla či znečištěných partií během dne**
- **poskytnutí podmínek pro osobní hygienu – klient má možnost využít koupelnu se sprchou k očištění těla**

Cíl: Cílem této činnosti je zajistit pocit tělesné i psychické pohody klienta, jde o očistu kůže.

Pomůcky: Ručníky, mýdlo, žínka, šampon, krém na ošetření pokožky, štětičky do uší, hřeben (vše si klient donáší z domu), rukavice na jedno použití, umyvadlo, kompenzační pomůcky (protiskluzová podložka do vany, sedák do vany), pomůcky ke stříhání nehtů.

Upozornění: Klientům poskytujeme v této činnosti podporu, provádíme pouze takové úkony, které nezvládne sám.

Proces:

- S klientem je domluven čas a frekvence mytí, koupání, mytí vlasů a výměna prádla podle stavu a potřeb.
- Seznamte se s individuálními hygienickými návyky klienta.
- Dohlédněte a taktně upozorněte na výměnu prádla.
- Dle domluvy proveďte celkovou koupel v masážní vaně.
- Vždy zajistěte soukromí klienta.
- Po dobu provádění hygienického úkonu může být přítomen i další pracovník, aby byl nápomocen při manipulaci s klientem.
- Zajistěte maximální možnou intimitu a respektujte stud klienta!

Koupel v masážní vaně

- Informujte klienta o provedení a průběhu koupele, udržujte slovní kontakt.
- Dodržujte naplánovaný čas k provedení koupele, který je stanoven vedoucí služby v Rozpisu masáží a koupele v relaxační vaně.
- Doprovodte klienta do koupelny, zajistěte jeho soukromí zavřením dveří a umístěním cedulky na dveře – obsazeno.
- Pomožte klientovi se svlečením oděvu.
- Umístěte k vaně potřebné pomůcky.
- Zvolte vhodnou teplotu vody dle přání, vámi zvolená teplota vody nemusí být pro klienta optimální.
- Pomožte klientovi na wc, které je součástí koupelny.
- Pomožte klientovi do vany nebo sprchy, použijeme při tom vhodné kompenzační pomůcky.
- Pomožte klientovi s mytím těla, povzbuzujeme ho, aby se myl podle možností co nejvíce sám.
- Zachovejte standardní postup mytí – od obličeje až na břicho použijte jednu žínku, od podbřišku na třísla, genitál a dolní končetiny druhou žínku (stejně tak ručníky), pokud však má klient dostatečný počet žínek a ručníků k dispozici.
- Při výskytu jakýchkoliv kožních defektů doporučte klientovi, aby informoval svého praktického lékaře nebo informujte vedoucí služby.
- Pomožte klientovi s mytím vlasů, nabídneme žínku k ochraně očí.
- Pomožte klientovi s utřením, použitím jeho oblíbených toaletních potřeb a oblečením
- Věnujte pozornost důkladnému vysušení kožních záhybů (u žen pod prsy, v tříselech, podbřišku, podpaží), v případě, že si klient tyto partie nedokáže vysušit sám.
- Pomožte klientovi s vysušením a úpravou vlasů (viz česání).
- Pomožte klientovi s oblékáním oděvu, inkontinenční pomůcky.
- Pomožte klientovi na vozík a pomožte mu zaujmout pohodlnou polohu.

- Po ukončení koupele je ve vaně spuštěn dezinfekční program, při kterém se vana dezinfikuje, jsou uklizeny použité pomůcky.

Pozor na:

- nerespektování požadavků klienta
- vynucování hygieny a výměny prádla
- porušení intimity
- bezdůvodné ponechání klienta v koupelně bez dohledu

Česání

Postup:

- Připravte klienta na česání, zeptejte se ho, jak je zvyklý se česat.
- Dejte si k ruce všechny pomůcky.
- Přes ramena položte ručník.
- Dlouhé vlasy nejprve šetrně rozčešte od konečků a potom je učešte.
- Vytvořte klientovi účes dle jeho přání.
- Ručník s vyčesanými vlasy vytřepete do koše na odpadky.
- Odklid'te pomůcky a umyjte si ruce.

Pozor na:

nešetrné mytí vlasů a záklon hlavy

Stříhání nehtů na rukou

Proces:

- Připravte klienta na to, že mu budete stříhat nehty.
- Dejte si k ruce všechny pomůcky.
- Dlaně podložte ručníkem.
- Nehty na rukou stříhejte do obloučku a pak je upravte pilníkem.
- Při stříhání postupujte opatrně, aby nedošlo ke zranění klienta.
- Zbytky nehtů vytřepete do odpadků.
- Sklid'te pomůcky a umyjte si řádně ruce.

Výsledek: Klient je v čistém a suchém prostředí.

Upozornění: Zaměstnanci nezodpovídají za kvalitu inkontinenčních pomůcek a čistotu prádla, které si klient obléká. Jsou dodržovány informace z jednání se žadatelem o službu a je respektováno rozhodnutí klienta.

Hygiena rukou během dne

Proces:

- Ved'te klienta k mytí rukou během dne, po návštěvě toalety, před svačinou a obědem, po vycházce, po aktivizacích.
- Klienta, který není schopný si tuto činnost uvědomit, zapamatovat, slovně vyzvěte k umytí rukou.
- Imobilním klientům s mytím rukou pomozte. Vozík s klientem si vhodně přistavte umyvadlu, ověřte si teplotu vody a zkonzultujte ji s klientem. Ruce namočte a umyjte mýdlem. Po opláchnutí vodou, ruce vysušte papírovými ručníky a popřípadě dezinfikujte.

2.2 Pomoc při použití wc

Úkon zahrnuje:

- **doprovod klienta na wc**
- **přesun z vozíku na toaletu a zpět**
- **použití speciálních toalet**
- **zajištění hygieny po vykonání potřeby**
- **přesun na speciální lehátko pro vykonání potřeby a výměnu inkontinenční pomůcky**
- **výměna inkontinenčních a hygienických pomůcek**
- **očista těla po wc**
- **očista použité toalety**
- **oblékání, svlékání, úprava oděvu před a po použití wc.**
- **poskytnutí podmínek pro osobní hygienu – klient má možnost využít koupelnu s wc, wc nebo speciální toaletu**

Cíl: Klient má možnost vykonat potřebu na toaletě, bez použití pomůcek pro inkontinenci.

Doporučení: Při zahájení poskytování služby je důležité znát postup předem, event. s někým zkušeným nacvičit.

Pomůcky: Toaletní papír, vlhčené kapesníčky, čistící pěna, rukavice, žínka, nástavec na WC, osobní pomůcky klienta, inkontinenční pomůcky

Proces:

Klient, který je schopen dojít na toaletu

- Doprovodíte klienta na toaletu, pokud je třeba, pomozte mu svléknout se a bezpečně se posadit na WC. Pokud je to třeba, pracovník klienta přidrží. Poté pomozte provést hygienu, pomozte s obléčením, popřípadě nasazením inkontinenční pomůcky a doprovodíte na určené místo.
- Dbejte, prosím, na dodržování soukromí a intimitu celého procesu.
- Dbejte na zavření dveří a pověšení cedulky obsazeno.
- S klientem zůstávejte na toaletě pouze v případě, že je nutné klienta na WC přidržet. Pokud to není nutné, dbejte na jeho intimitu a vyčkejte venku, dokud nás klient nezavolá.

Imobilní klient – pracovník přesune klienta z vozíku na toaletu. Pokud je to nutné využije při přesunu pomoci dalšího pracovníka nebo zvedák.

Výsledek: Klient vykonal bezpečně svoji potřebu.

Pozor na: Zachovávat maximální intimitu a diskrétnost.

3. Poskytnutí stravy

Úkon zahrnuje:

- **Zajištění stravy přiměřené době poskytování služby a odpovídající věku, zásadám racionální výživy a potřebám dietního stravování tj: poskytnutí podmínek pro zajištění stravy, zajištění teplé stravy, vytvoření podmínek pro**

zajištění stravy u klientů s omezením v této oblasti (diety, alergie, stravovací návyky)

Cíl: Zajistit teplou a pravidelnou stravu pro klienty denního stacionáře.

Pomůcky: gastronádoby, várnice

Proces:

- Gastronádoby jsou dovezeny pracovníkem do kuchyně stravovacího provozu, pracovník kuchyně jídlo nandá do připravených nádob.
- Pracovník gastronádoby vyzvedne, uloží je do termoportů, odnese je do auta (řeší se dle podmínek stravovacího provozu) a odveze do denního stacionáře.
- V denním stacionáři jsou gastronádoby vyndány z termoportů a uloženy do vodní lázně.
- Pracovník za dodržení podmínek hygieny jídlo naservíruje, popřípadě upraví dle zdravotního stavu a požadavku klienta.
- Pracovník provede úklid nádobí a pomůcek k transportu stravy.
- Pracovník postupuje v souladu se směrnici *Manipulace se stravou*.

Výsledek: Klient dostal teplou stravu a je najeden.

Pozor na: Nedodržování zásad hygieny

4. Výchovně, vzdělávací a aktivizační činnosti

Dle vyhlášky č.505/2006 Sb.§12 patří mezi základní činnosti při poskytování sociálních služeb v denních stacionáři považují i výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti. Pro celou oblast těchto činností je zásadní trénink, posilování, rozvoj a podpora stávajících dovedností, které klienta podporují tak, aby byl v budoucnu v maximálně možné míře samostatný a soběstačný. činnosti v denním stacionáři jsou většinou organizovány skupinově, což pomáhá upevňovat sociální a psychické dovedností (posílení sociálních vazeb, rozvoj komunikace, respektování druhých, vytvoření prostoru pro uplatnění individuálních schopností a dovedností apod.)

4.1 pracovní výchovná činnost

- a) nácvik správného a bezpečného používání pomůcek dle denní potřeby: klient se učí používat pomůcky v jednotlivých činnostech – př. jehla, šicí stroj, tkací stroj, štetec apod.).
- b) nácvik pracovních činností a dovedností s různými materiály – klient je zapojen v činnostech, které denní stacionář nabízí, a které rozvíjí a upevňují jeho pracovní dovednosti při práci s různými materiály v těchto činnostech: Práce v šicí dílně, Práce v keramické dílně, Výtvarné činnosti, Práce na tkalcovském stavu, Cvičný byt.

4.2 nácvik a upevňování motorických, psychických a sociálních schopností a dovedností

- a) uplatňování metod a technik k rozvoji a zachování motorických dovedností v rámci činnosti Cvičení v rehabilitační místnosti

- b) poskytování stimulačních technik (canisterapie, prvky bazální stimulace, snoezelenové prvky), poskytování Duchovních aktivit a Hudebně relaxačních činností pro upevňování psychických a sociálních dovedností

4.3 vytvoření podmínek pro zajišťování přiměřeného vzdělávání nebo pracovního uplatnění

- a) udržení a rozvoj kognitivních, emocionálních a konativních funkcí prostřednictvím činnosti Práce na počítači, Rozvoj paměti a postřehu, Kognitivní techniky

Jednotlivé výchovně vzdělávací a aktivizační činnosti

1) Práce v šicí dílně

Klienti při této aktivizaci pracují s jehlou (ruční šití, stehování), s žehličkou (do zásuvky ji zapojí i vypne zaměstnanec, klient pracuje za dohledu zaměstnance) s nůžkami (odstříhování nití a látek a nastříhání látek), s šicím strojem (zaměstnanec připraví stroj do provozu, klient sešlapuje pedál a za pomoci zaměstnance řídí dráhu šití a rychlost stroje, učí se zvládnout zpáteční chod stroje, navíjet nitě). Klienti se také učí vyšívat. Výrobky, které jsou v této činnosti tvořeny, mají praktické využití v běžném životě, např. prostírání, zástěry, ubrusy, tašky, hračky, křestní roušky.

Cíl: Konkrétním a hlavním cílem pro klienta je výrobek, který má svůj účel (klient si ho odnese domů, využije se jako dárek nebo se prodá při příležitosti prezentace Centra Zdislava na veřejných akcích apod.). Aktivita v této činnosti vedou klienta k co největší samostatnosti, ke zvýšení kvality jeho života skrze aktivitu, která sama o sobě dává smysl. Jde také o jeho seberealizaci, může zde tak najít svůj koníček a tím i efektivní trávení volného času.

Organizace: Aktivita probíhá v šicí dílně, vždy po předchozí domluvě pracovníka s klientem (dle stanoveného Individuálního plánu klienta a jeho zájmu) stejně tak téma, forma práce, případný výrobek a jeho účel. Přičemž pracovník má předem připravené možnosti výběru různorodých aktivit, na který se může klient zaměřit. Výrobek či aktivita by měla být vybrána tak, aby klienta bavila a aby byla pro klienta dosažitelná. Pracovník seznámí klienta s pomůckami a materiály, které bude při práci používat, a s bezpečností práce s danými materiály.

2) Práce v keramické dílně

Klienti pracují s keramickou hlinou, která má mimo jiné rehabilitační charakter pro jemnou motoriku. Seznamují se s materiálem a tvoří výrobky pomocí různých technik a metod. Díky keramické peci přímo v zařízení jsou výrobky dle potřeby vypalovány a dokončovány.

Cíl: Konkrétním a hlavním cílem pro klienta je keramický výrobek, který má svůj účel. Aktivita v této činnosti vedou klienta k co největší samostatnosti, ke zvýšení kvality jeho

života skrze aktivitu, která sama o sobě dává smysl. Jde také o jeho seberealizaci, může zde tak najít svůj koníček a tím i efektivní trávení volného času.

Organizace: Aktivita probíhá v keramické dílně, vždy po předchozí domluvě pracovníka s klientem (dle stanoveného Individuálního plánu klienta a jeho zájmu) stejně tak téma, forma práce, případný výrobek a jeho účel. Výrobek či aktivita by měla být vybrána tak, aby klienta bavila a aby byla pro klienta dosažitelná. Pracovník seznámí klienta s pomůckami a materiály, které bude při práci používat, a s bezpečností práce s danými materiály.

3) Práce na tkalcovském stavu

Tkalcovský stav umožňuje kreativní způsob práce, ať už se jedná o barevné rozvržení nebo vzor plánovaného výrobku. Díky své snadné přístupnosti a možnosti tkaní na přenosném tkacím stavu, je tato aktivita vhodná i pro klienty, kteří jsou na invalidním vozíku.

Cíl: Cílem této činnosti je osvojit si pracovní postupy při práci na tkacích strojích (navinutí útkové nitě na tkalcovskou jehlu, protahování tkalcovské jehly osnovními nitěmi, utahování paprsku, přehození páky listů, zvedání a spouštění listů pro vytvoření požadovaného vzoru), hotový výrobek vypere v ruce a vyžehlí. Podstatným cílem je skrze tuto činnosti rozvíjet jemnou motoriku, paměť při učení se pracovního postupu a pečlivost.

Organizace: Aktivita probíhá v tkací dílně, vždy po předchozí domluvě pracovníka s klientem (dle stanoveného Individuálního plánu klienta a jeho zájmu) stejně tak téma, forma práce, případný výrobek a jeho účel. Výrobek či aktivita by měla být vybrána tak, aby klienta bavila a aby byla pro klienta dosažitelná. Pracovník seznámí klienta s pomůckami a materiály, které bude při práci používat, a s bezpečností práce s danými materiály.

4) Výtvarné činnosti

Různorodé techniky a pomůcky zajišťují pestrost práce a velkého výběru možných činností. Dle tématu se volí již konkrétní postup. Na konkrétní práci může pracovat jednotlivec ale i skupina klientů. Témata výtvorů se orientují i podle témat výtvarných soutěží, kterých se klienti Centra Zdislava pravidelně účastní.

Cíl: Klient se v rámci výtvarných činností seznamuje s různorodými materiály, rozvíjí fantazii a kreativitu, technické dovednosti – stříhání a lepení, učí se při tvorbě společného výrobku spolupracovat s ostatními. Procvičuje jemnou motoriku.

Organizace: Individuální práce ve výtvarné činnosti zahrnuje většinou malování obrazu – klienti vybírají téma, předkreslují (pokud se jedná o předlohu), nanášejí a míchají barvy, pracují s přírodním materiálem (luštěniny, listy, písek, kámen, sušené květiny a plody).

Při skupinové práci klienti malují obrazy různými technikami, vytvářejí přáníčka, modelují, malují dle předlohy a ročního období, vystřihují nůžkami, pracují s přírodním materiálem (luštěniny, listy, písek, kámen, sušené květiny a plody...), malují prstovými barvami, vytvářejí výrobky z korálků a gumiček.

5) Cvičení v rehabilitační místnosti

V rehabilitační místnosti je pro pohybové aktivity k dispozici rotoped, motoped a recumbent, zátěž a délka práce na strojích se orientuje podle aktuálního stavu klienta. Využívají se rehabilitační míče, žíněnky a další pomůcky ke cvičení a relaxaci. K relaxaci je využívána houpací síť, prvky snoezelenu (projektor) a masážní podložky. Tělesná aktivita a relaxace zde může být stimulována hudební kulisou.

Cíl: Obecným cílem při pohybových aktivitách je zlepšení fyzického zdraví, zautomatizování zdravého životního stylu, kdy se bude klient rád pohybovat. Cvičení směřuje k získání zdravých pohybových návyků, např. správné držení těla, správné dýchání apod. Rozvíjí se koordinace pohybů hlavně hrubé ale i jemné motoriky. V případě velkého omezení klienta, jde o udržení jeho stávajících fyzických schopností. Je navodit pozitivní pocity a tím dojít ke zklidnění a uvolnění klienta. Uvolňuje komunikační bariéry skrze zábavu a individuální práci, stimuluje psychický stav a kladné pocity. Pohybové aktivity souvisí i s rozvojem poznávacích schopností, bezprostředního vnímání, pozornosti, paměti, obrazotvornosti, představivosti, myšlení a řeči.

Organizace: Aktivita probíhá v rehabilitační místnosti v prostorách Centra Zdislava, která je materiálně i prostorově uzpůsobena, ta je klientům k dispozici po celý den. Jednotlivé aktivity probíhají vždy po individuální domluvě s klientem (dle Individuálního plánu a jeho zájmu). Obsah, délku a náročnost cvičení pak pracovník volí podle aktuálního fyzického stavu klientů a jejich přání. Veškeré osoby, které používají kompenzační a tělovýchovné pomůcky jsou dostatečně poučeni o jejich použití a bezpečnosti. Při využívání cvičebních pomůcek dbá pracovník na bezpečnost, poskytuje záchranu či oporu, je na blízku pro případnou pomoc.

6) Cvičný byt

Cíl: Cílem této činnosti je rozvoj a podpora schopností a stávající samostatnosti, sebeobsluhy, jemné motoriky. Klient se naučí připravit vybraný pokrm, naučí se pracovat se všemi spotřebiči cvičného bytu. Učí se také základům společenského chování a stolování.

Organizace: Cvičný byt navštěvují klienti v provozní době denního stacionáře, tj. od 8:00 do 14:30, a to dle rozpisu, za který zodpovídá vedoucí služby. Kapacita cvičného bytu při pravidelných činnostech (viz. níže) jsou 4 klienti za den, klientům jsou k dispozici 2 pracovníci. Pracovník seznámí klienta s činnostmi v rámci cvičného bytu, s bezpečností při používání spotřebičů. Podporuje klienta k vyjadřování svých nápadů a názorů (námet na činnost - recept), podporuje ho v jednotlivých fázích pracovního postupu. Klient se zde učí: najít si recept v kuchařce či na internetu, vyhledávat, popřípadě nakupovat vhodné suroviny v obchodě, postupovat dle daného receptu a k tomu využívat spotřebiče a pomůcky cvičného bytu, uklidit si svůj pracovní prostor, umývat nádobí v ruce a v myčce, utírat nádobí. Klienti se učí používat pračku (zapínání, volba programu, množství prádla, skladba prádla, ukončení programu, vkládání a vyndávání prádla z pračky), při sušení se mohou naučit manipulovat se sušičkou, při žehlení si osvojí manipulaci s žehličkou. V rámci posilování sociálních kompetencí mohou klienti cvičného bytu připravit občerstvení pro ostatní klienty, např. při

oslavách Velikonoc, Vánoc nebo jiných událostech, nebo se mohou vydat s pracovníky do restaurace či kavárny.

Náklady na cvičný byt jsou hrazeny z rozpočtu Centra Zdislava (nákup surovin – mouka, cukr, sůl, olej, koření, vybavení apod.). Klienti, kteří dochází do cvičného bytu a chtějí si zde připravit jídlo (moučník, oběd, svačinu), které si sami zkonsumují, donesou zálohu na nákup surovin. Ze zálohy si klienti v doprovodu pracovníka nakupují suroviny na připravovaný pokrm. Nákup poté společně vyúčtují, výdej peněz a jejich zůstatek zapíše pracovník do sešitu. V případě, že finance dochází, je klient pracovníkem informován. Po převzetí nové zálohy, je záloha zaúčtována do zůstatku a je podepsána pracovníkem i klientem v sešitě.

7) Duchovní aktivity

Duchovní aktivity zahrnují denní modlitbu, duchovní setkávání a mše svaté. Klienti zde mohou vyjádřit své myšlenky a názory a podělit se s ostatními o duchovní zážitky a zkušenosti. Modlitbou, diskuzemi a sdílením různých náboženských témat klienti mohou najít duchovní podporu a prohlubovat tak svůj duchovní život. Účast na duchovních aktivitách není povinná, klient má možnost, především pokud není věřící, využít jiné aktivity nabízené Centrem Zdislava.

Cíl: Naplňování duchovních potřeb klientů, rozšiřování společenských kontaktů a prohlubování pozitivních mezilidských vztahů mezi klienty a pracovníky při každodenním setkávání. Mimo jiné se jedná i o aktivitu směřující k začleňování klientů do širší společnosti při mších svatých v místním kostele.

Organizace: Duchovní setkání a denní modlitbu připravuje a následně vede jeden pracovník, aktivně se ale podílí i klienti a ostatní zaměstnanci. Témata vybírá sám pracovník, klient nebo se námět setkání vybere podle aktuální atmosféry a stavu klientů. Obsahem setkávání je vždy společná modlitba. Po domluvě s klienty mohou následovat následující aktivity: četba krátkého textu k zamyšlení, poslech náboženských promluv, diskuze na náboženské téma, zhlédnutí křesťanských filmů či přednášek, zpěv duchovních písní. Duchovní setkávání probíhá většinou v mimořádném liturgickém období.

Při mších svatých v denním stacionáři, konajících se cca 4x ročně, se klienti aktivně podílejí na přípravě a průběhu celé mše svaté (příprava prostor, zpěv, četba apod.). Po mši mají klienti možnost požádat o rozhovor s duchovním. Mše svaté se také konají 1x měsíčně v katolickém kostele sv. Kunhuty v Nové Měště na Moravě.

8) Hudebně-relaxační činnosti

Hudebně-relaxační činnosti jsou aktivně a pasivně přijímající aktivizační činnosti, která probíhá v rámci dopoledních činností v Centru Zdislava, ale také při oslavách narozenin nebo nepravidelných akcích denního stacionáře. Využívá působení hudby a jejích prvků k navození pozitivního vzájemného kontaktu, důvěry, relaxace, spontaneity v pohybu a jakéhokoli způsobu vyjádření hudby ale třeba i pozitivních změn v chování a myšlení klienta. Prostřednictvím hudebních složek (melodie, harmonie, rytmus, barva, tempo, dynamika) tak

působí bezprostředně a intenzivně na člověka, který tak může vnímat jinak obtížně sdělitelné informace.

Jedná se o metodu podpory individuálních hudebních a dramatických schopností klientů, zachování a prohlubování jejich stávajících potenciálů. Tato metoda klade důraz na prožívání a celkový zážitek z celé aktivity.

Cíl: Cílem hudebně-relaxačních činností je vzájemné setkávání klientů, navozování přátelských kontaktů a sdílení pozitivních emočních zážitků. Činnosti dávají prostor, aby zde klienti zažili vlastní úspěch a naučili se pracovat s vlastními emocemi. Hudebně-relaxační činnosti by tak měly zlepšovat sociální, ale i emocionální složku osobnosti klientů. Soustředí se na práci s vokálním a instrumentálním projevem na poslech živé nebo reprodukované hudby. Jednotlivé hudební, dramatické a pohybové prvky se zaměřují na rozvoj koncentrace pozornosti, vnímavosti, jemné a hrubé motoriky při hře na hudební nástroj a tanci, spontaneity a kreativity, receptivního vnímání hudby, myšlení, řeči apod.

Organizace: Pracovník seznámí klienty s náplní aktivity, následně pak vede celou činnost a její obsah, vždy s ohledem na přání a aktuální psychický a fyzický stav skupiny klientů. Důležitá je vhodná motivace klientů pracovníkem a dobrovolnost aktivní účasti na veškerých společných aktivitách.

Klienti používají různé pomůcky ke hrám, hudební nástroje a zpěvníky, přičemž jsou pracovníky vedeni k co největší samostatnosti při jejich přípravě, používání i úklidu. Pracovník je spíše prostředníkem, který motivuje, podporuje, poskytuje pomoc, doprovází, dává možnosti výběru a způsobu realizace jednotlivých činností.

9) Práce na počítačích

Klienti při této aktivitě získávají nové informace a zkušenosti z oblasti výpočetní techniky, učí se čerpat a zpracovávat získaná data s nejrůznějšími tématy podle zájmů a ty pak prakticky využívat při dalších úkonech nejen v Centru Zdislava.

Cíl: Cílem je osvojení a prohlubování schopností obsluhovat počítač na uživatelské úrovni, dále pak seznámení s možnostmi výpočetní techniky, čerpání a zpracování získaných dat. Ve své podstatě je cílem také rozvoj koncentrace, myšlení i postřehu, multisensoriálního vnímání a mimo jiné i rozvoj jemné motoriky.

Organizace: Pro práci na počítačích je využívána místnost v Centru Zdislava, kde je k dispozici specifické vybavení místnosti (PC s dotykovým displejem apod.) a programové vybavení se speciálními výukovými a zábavnými programy. Některé programy mohou klienti také vyzkoušet při práci s tabletem.

Klient je adekvátně podle potřeby seznámen s bezpečností práce s počítačem. Učí se základní ovládání počítače, zapínání, vypínání, práci s myší, jsou mu vysvětleny základní programy, se kterými bude pracovat. Dále se může věnovat práci s Wordem, Excelem, malováním a internetem.

Práce probíhá vždy po individuální dohodě s klientem (dle stanoveného Individuálního plánu). Délku a náročnosti si klient volí sám. Po celou dobu práce podporuje pracovník klienta v co možná největší samostatnosti práce na počítači. Pracovník neustále kontroluje práci, v případě potřeby pomáhá.

10) Rozvoj paměti a postřehu

Rozvoj paměti a postřehu je určen všem klientům Centra Zdislava a probíhá během celého denního režimu, dle individuálních plánů, jejich zájmu a doplnění osobních programů klientů v zařízení. Aktivně se účastní nejen klienti ale i pracovníci.

Jde o prostor k přátelskému setkání u kolektivních i individuálních her (deskové hry, karty, puzzle apod.). Pro klienty tento čas znamená zábavu a prožívání společných zážitků. Je-li zájem, obsahem mohou být i vzdělávací činnosti, a to převážně procvičování již získaných znalostí (četba, psaní, počítání, logické hry, úkoly apod.).

Cíl: Sociálním cílem je utváření přátelských mezilidských vztahů a podporování vzájemné komunikace. Aktivita je zaměřena na rozvoj jednotlivých kognitivních procesů klientů, zvláště pak na pozornost, vnímání pomocí všech smyslů, paměť a myšlení. Cvičí se také postřeh, intuice, představivost a orientace v prostředí. Tyto činnosti by měly procvičovat již získané vědomosti, schopnosti, upevňovat je a snažit se je nadále zdokonalovat a udržovat do co největší možné míry.

Organizace: Klient může pracovat samostatně, spolupracovat s pracovníkem nebo s ostatními klienty. Dle domluvené činnosti klient či pracovník připraví potřebné pomůcky (knihu, karty, deskové či jiné společenské hry, kostky apod.), které se nachází v prostorách zařízení na dostupném místě pro všechny.

Časový rozsah určuje klient sám, stejně tak formu práce. Průběžně může měnit jednotlivá témata her a aktivit.

5. Sociálně terapeutické činnosti

Úkon zahrnuje:

- **Aktivní zapojení klienta do nácviku sebeobslužných činností**
- **Nácvik dodržování pitného a stravovacího režimu**
- **Nácvik dodržování denního harmonogramu**
- **Eliminace projevů narušujících kolektivní soužití (křik, agresivní chování, chování se sexuálním podtextem)**
- **Podpora v navazování vztahů v komunikaci s druhými lidmi (podpora jistoty, sebedůvěry)**
- **Aktivní nabídka komunikace ve skupině i s jednotlivci**
- **Rozvoj verbální i neverbální komunikace za použití speciálních pomůcek a metod**
- **Nácvik přiměřených vzorců chování, komunikace ve společnosti**

Cíl: Rozvoj nebo udržení osobních a sociálních schopností a dovedností podporujících sociální začleňování klientů služby.

Pomůcky: pomůcky vhodné k nácviku sebeobsluhy, materiály a vhodná cvičení podporující kolektivní soužití

Proces: Klient je slovně veden nebo fyzicky podporován při rozvoji či udržení osobních, sociálních schopností, dovedností. Výše podpory je poskytována dle individuálních schopností a dovedností klienta.

6. Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím

Úkon zahrnuje:

- Vytváření podmínek pro navazování kontaktů s veřejností (využívání běžně dostupných služeb, zapojení se do veřejně přístupných akcí apod.).
- Zapojení rodinných příslušníků/opatrovníků do poskytování sociální služby s ohledem na přání klienta.
- Provázení a pomoc při pohybu v různých terénech – rovné, členité, známé a neznámé prostředí.
- Orientace v okolí denního stacionáře, v neznámém prostředí.

Cíl: pomoc klientovi při aktivitách podporující sociální začleňování

Pomůcky: informace v písemné podobě, informace předané na ranní poradě, služební vozy, autobus, kompenzační pomůcky

Proces:

- Pracovník, vedoucí služby předává klientovi informace o akcích v písemné i ústní podobě. Informace předává i opatrovníkům nebo rodinným příslušníkům.
- Pracovník dbá na bezpečnost klienta při orientaci ve vnějším prostředí.
- Při jízdě služebními vozy nebo autobusem dbá pracovník na bezpečnost klientů.
- Pracovník zajistí kompenzační pomůcky, mechanický vozík, el. vozík apod.
- Klient se účastní ranní rady, výletů, kulturních akcí.

7. Pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí

Úkon zahrnuje:

- Podpora klienta při uplatňování vlastní vůle
- Aktivní zapojení klienta do rozhodování (např. v procesu individuálního plánování služby)
- Hledání vhodných návazných služeb
- Užívání běžně dostupných služeb (viz též standard č. 8 - Návaznost poskytované sociální služby na další dostupné zdroje)

Cíl: podpora klienta v komunikaci vedoucí k uplatňování práv a oprávněných zájmů

Proces:

- Klient se aktivně zapojuje do rozhodování v sociální službě, pracovník mu zajistí prostor pro vyjádření své vůle.

- Pracovník je nápomocen při hledání návazných služeb, klient se aktivně zapojuje do vyhledávání informací na internetu, vytisknutí materiálů, pracovník podporuje klienta v procesu zprostředkování kontaktu s návaznou službou.
- Pracovník je nápomocen při využívání běžně dostupných služeb, klient se aktivně zapojuje do vyhledávání informací na internetu, vytisknutí materiálů, v případě potřeby do telefonické komunikace, pracovník podporuje klienta v procesu zprostředkování kontaktu s návaznou službou.

Dokumenty vztahující se k této metodice

Manipulace se stravou – uloženo ve složce Vnitroorganizační směrnice

Datum vytvoření	20. 1. 2014
Aktualizace	3. 11. 2014 (Mgr. Hana Pohanková, Miroslava Horváthová, DiS., Mgr. Andrea Hašková) 30.11.2017 (Mgr. Andrea Schrollerová, Mgr. Hana Pohanková) 1.11.2019 (Miroslava Horváthová, DiS., Mgr. Hana Pohanková, Mgr. Andrea Schrollerová, Mgr. Ing. Alena Řehořová MBA.) 1.1.2021 (Mgr. Andrea Schrollerová, Mgr. Hana Pohanková) 10.4.2023 (Miroslava Horváthová, DiS., Mgr. Hana Pohanková, Mgr. Andrea Schrollerová)
Schválil	Ing. Mgr. Hana Janů