



## Jak jsme byli na kurzu - Horní Bečva 2006

V letošním roce jsme dostali za úkol zorganizovat kurz pro rodiny s dětmi se zrakovým a kombinovaným postižením u nás na Moravě a to konkrétně pro klienty Středisek rané péče Brno, Olomouc a Ostrava. Úkolu jsme se chopili s nasazením, a tak jsme v týdnu od 29. 5. do 4. 6. 2006 mohli vyrazit do Horní Bečvy v Beskydech, asi 15 km od Rožnova pod Radhoštěm. Bydleli jsme v hotelu Mesit, krásném a bezbariérovém hotelu s krytým bazénem a úžasným okolím.

Celý první den se sjížděly rodiny s dětmi až do večerních hodin, seznamovaly se s prostředím, programem a všemi poradci, kteří se o ně následující týden starali. Po večeři pak byly děti rozděleny do skupinek, ve kterých další dny společně s rodiči a s poradci pracovaly, a následoval první úvodní večer. Postupně jsme se všichni představili a každý o sobě sdělil za pomoci předmětu, který si dovezl s sebou a ukázal ostatním, něco zajímavého, něco, čím by se charakterizoval.

Další dny absolvovali rodiče s dětmi dopolední programy v jednotlivých skupinkách, ve kterých společně pracovali a pod vedením poradců rané péče rozvíjeli svoje znalosti práce s dítětem a jeho druhem postižení, dozvídali se mnoho nových informací a mohli si vyzkoušet spoustu nových pomůcek. Hodně se zpívalo i tančilo, cvičilo a povídalo. Rodiče si navzájem sdělovali svoje poznatky a zkušenosti. Odpolední programy byly zajímavé a někdy i náročné, a tak si děti mohly zaplavat v bazénu a s rodiči si vyzkoušet relaxaci a terapii ve vodě. Na všechno dohlížely zkušené pracovnice Kenny klubu z Rožnova pod Radhoštěm. Druhé - tentokrát výtvarné odpoledne - prožily děti s rodiči ve víru barev. Tvořili a malovali si trička pomocí různých technik a často používali k otiskům i vlastní ruce a nohy. Další

odpoledne bylo volné a většinou ho všichni využili k návštěvě skanzenu a města Rožnova, případně k vycházce do okolních kopců. Následující odpoledne měli rodiče s dětmi možnost vyzkoušet si canisterapii, seznámili se se speciálně vycvičenými pejsky, a získali tak nové informace o této metodě. Poslední „zábavné“ odpoledne pak strávili všichni venku před hotelem, kde pro ně byla připravena závodní dráha, během které museli zdolat řadu překážek. Odměnou jim byl za to velký potlesk ze strany dalších účastníků a organizátorů.

Každý večer pak měli rodiče možnost zajít na odbornou přednášku z oblasti psychologie, sociálních dávek nebo muzikoterapie, kde se dozvěděli spoustu nových věcí a mohli se na ledacos zeptat.

Kurz byl zakončen rozlučkovým večerem s mnoha písničkami, rodiny od nás dostaly malý dáreček na památku a užili jsme si společného povídání nejen o zážitcích z uběhlého týdne, ale z dalšího života jednotlivých rodin i poradců. Přestože nám počasí příliš nepřálo a více než sluníčko jsme okusili déšť, byl kurz velmi příjemný a rádi bychom touto cestou poděkovali ještě jednou všem klientským rodinám a poradcům, kteří se postarali o celkovou pohodovou náladu.

Bylo nám s Vámi dobře.

*Za tým SRP Brno Petra Hrachovinová*

Děkujeme za možnost zúčastnit se letošního kurzu pro rodiny dětí s postižením v Beskydech. Celý týden jsme si bezva užili a získali spoustu zkušeností a námětů. Pokud to půjde, rádi pojedeme zas. Ještě jednou děkujeme.

*Hodulíkovi z Uherského Brodu*

# Z DOTAZNÍKŮ *aneb jak zúčastněné rodiny hodnotily*

## *letošní rehabilitační kurzy pro rodiny*

Holenský dvůr 8. – 13. 5. 2006

Pořadí důležitosti jednotlivých cílů kurzu:

U každého cíle rodiče psali číslo 1 – 6 podle pořadí, jak byly pro ně před kurzem důležité: 1 = nejdůležitější, 6 = nejméně důležité (každý cíl se hodnotil zvlášť, tzn. např. u tří cílů mohlo být číslo 1, u zbylých dvou 6, pokud pro ně nebyly důležité). Cíle byly určeny na základě hodnocení minulého kurzu.

**Průměr:**

5.	Vzájemné setkání, výměna zkušeností a nových nápadů mezi rodinami
2.	Setkání s ostatními dětmi a možnost zažít své dítě v jejich kolektivu
1.	Získání nových zážitků a zkušeností z nových situací
3. - 4.	Prožití radosti ze společných her s dítětem
3. - 4.	Získání informací a nápadů od poradců a pozvaných odborníků
6.	Odpočinek od každodenních domácích povinností a starostí

**Kolikrát získal jednotlivý cíl první pořadí:**

10x	Vzájemné setkání, výměna zkušeností a nových nápadů mezi rodinami
11x	Setkání s ostatními dětmi a možnost zažít své dítě v jejich kolektivu
11x	Získání nových zážitků a zkušeností z nových situací
9x	Prožití radosti ze společných her s dítětem
10x	Získání informací a nápadů od poradců a pozvaných odborníků
5x	Odpočinek od každodenních domácích povinností a starostí

Horní Bečva 29. 5. – 4. 6. 2006

Pořadí důležitosti jednotlivých cílů kurzu:

U každého cíle rodiče psali číslo 1 – 6 podle pořadí, jak byly pro ně před kurzem důležité: 1 = nejdůležitější, 6 = nejméně důležité (každý cíl se hodnotil zvlášť, tzn. např. u tří cílů mohlo být číslo 1, u zbylých dvou 6, pokud pro ně nebyly důležité). Cíle byly určeny na základě hodnocení minulého kurzu.

**Průměr:**

2. - 3.	Vzájemné setkání, výměna zkušeností rodin i poradců
2. - 3.	Získání nových informací
1.	Náměty na nové činnosti podporující vývoj dítěte (např. rozvoj zbylých zrakových funkcí, vhodné pomůcky ...)
6.	Možnost zažít své dítě ve skupince s jinými dětmi
5.	Možnost získání představ o dalším možném vývoji dítěte s postižením
4.	Možnost věnovat se sobě navzájem, odpočinout si, setkání rodiny jako celku

**Kolikrát získal jednotlivý cíl první pořadí:**

13x	Vzájemné setkání, výměna zkušeností rodin i poradců
13x	Získání nových informací
14x	Náměty na nové činnosti podporující vývoj dítěte (např. rozvoj zbylých zrakových funkcí, vhodné pomůcky ...)
3x	Možnost zažít své dítě ve skupince s jinými dětmi
5x	Možnost získání představ o dalším možném vývoji dítěte s postižením
6x	Možnost věnovat se sobě navzájem, odpočinout si, setkání rodiny jako celku

Kurzy pro rodiny s dětmi jsou financovány s finančním příspěvkem Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška a MPSV. Nadační fond Českého rozhlasu nám poskytl částku 482.000,- Kč a MPSV 171.145,- Kč.

Děkujeme!

**Některé odpovědi rodičů na otázku „Čím byl pro vás kurz nejpřírodnější?“:**

Výměna zkušeností, získání nových zkušeností – 8x  
Práce dětí v kolektivu, možnost zažít dítě v kolektivu – 3x  
Získání nových informací, rad, nápadů – 3x  
Společná setkání – 2x  
Povídání si s poradci, sblížení se s nimi – 2x  
Zkušenosti stimulační  
Setkání s jinými dětmi a psy  
Večerní programy  
Že i nevidomý člověk je součástí normálního života a že mnohé zvládne, pokud mu pomůžeme  
Podpoření chuti do další práce s dítětem  
Poznala jsem zase lépe svého syna  
Zapojení celé rodiny  
Relaxace v příjemné krajině, příjemné ubytování, Příjemná atmosféra, Odpočinek 2x  
Zjistila jsem, že mám veselé, pohodové dítě, které u zajímavých činností vydrží (na rozdíl od domova, kde je roztěkané) a zapojuje se, nepere se s dětmi a je celkem přátelské a plno věcí ho zajímá a baví  
Velká pohoda



Hotel Mesit V Horní Bečvě

**Některé odpovědi rodičů na otázku „Čím byl pro vás kurz nejpřírodnější?“:**

Setkání s rodinami s podobnými problémy a výměna zkušeností – 7x  
Práce ve skupinkách (hodně inspirace do další práce s dítětem, nové informace) – 5x  
Zažít dítě ve skupině – 3x  
Výměna zkušeností s pracovníky střediska rané péče – 2x  
Setkání s jinými rodiči a dětmi  
Uvědomění si důležitosti maličností  
Táta si oddechl, mohl se více věnovat postižené dceři  
Seznámení s novými terapiemi  
Nové informace  
Hlavně rady, jak se synem komunikovat a poznat, co by rád a naučit ho, jak dát najevo, co by chtěl  
Měli jsme čas na hraní, díky možnosti hlídání mladšího sourozence  
Změna stereotypu  
Možnost pracovat s dětmi ve velmi příjemném prostředí a pohodové atmosféře  
Zjistila jsem, že nejsem na světě jediná s postiženým dítětem, že jsou postižení daleko horší a jejich rodiče úžasní lidé, které jsem mohla poznat  
Líbilo se mi, že se tak hodně terapií, možnost a cvičení vešlo do jednoho týdne





Společné foto – téměř všichni pohromadě...

Odpolední program canisterapie venku...



Příprava oslavy narozenin ve skupince – výroba dortu...byl moc dobrý!



Odpolední program canisterapie vevnitř...

**Malá fotografická reflexe pobytu v Holenském dvoře 2006**

Rozhodně nemůže vystihnout všechny příjemné chvíle, zážitky, ani zdokumentovat všechny programy, ale přesto:

Při odpoledním programu prostorové orientace jsme mohli vyrazit i za bránu areálu....



Odpolední program stimulace zraku – stínové divadlo k písničce „Když jsem já sloužil ....., vysloužil jsem si děvčátko za to“



Dráha podél zrcadla s přísavkami – součást programu prostorové orientace.

Odpolední program stimulace zraku - prohlížení obrázkové knížky malou přenosnou kamerovou lupou



Důležitý „rozhovor“



Nový zážitek  
– koupel v kuličkách.



Z odpoledního programu  
zaměřeného na rozvoj hmatu



Z návštěvy blízkého statku, kde bylo  
možno vyzkoušet naprosto všechno,  
včetně techniky i zvířectva.



Kamarádi na trampolíně.



V málo vody bylo také fajn.

Z fotodokumentace  
plzeňského, budějovického a pražského  
Střediska rané péče vybrala Alice Pexiderová, poradce SRP Praha.



# HRAČKY

## *pomůcky a nápady*



## **Futon**

*Jelikož máme v ostravském středisku pro rodiče i pro nás příjemné místo pro posezení z ještě příjemnějšího materiálu - futonu, my mu důvěrně říkáme: "futónek", chtěli bychom Vám povědět o futonu něco více a případně Vás inspirovat.*

### **Druhy futonů**

#### **Shiatsu:**

5 – 7cm tenký, náplň – bavlna  
Určený pro masáže Shiatsu, Thajské masáže a na různé formy zdravotních cvičení, meditací, relaxací.

#### **Cotton:**

Pro ty, kteří mají rádi spaní na "tvrdém", a pro ty, kteří nechtějí větší investice. V létě chladí. Vhodný pro alergiky.

10 – 12cm výška, určený především pro časté skládání, náplň – vrstvená bavlna.

#### **Yuki:**

35% silnější i těžší verze futonu Cotton. Trojstranné stlačení vnitřní náplně.

#### **W – Cott:**

Poskytuje jedinečný komfort. Díky

#### **Co jsou futony?**

Futon je matrace pocházející z Japonska, kde se po staletí vyrábí tradičním způsobem a dnes sklízí velké úspěchy ve světě "západní civilizace".

Dodnes se futon používá jako druh lůžka a je vyroben z přírodních materiálů.

Obsahuje pouze bavlněné vlákno nebo nejkvalitnější ovčí rouno. Povlak je ušit ze 100% bavlny.

vlně hřeje v zimě a chladí v létě. Vlněné vlákno je zkadeřeně, a tím vytváří více místa pro proudění vzduchu. Absorbovaná vlhkost se velmi rychle vypařuje, což zaručuje příjemný pocit pro tělo. Přírodní lanolin neutralizuje pot.

10 – 12 cm výška, náplň – kombinace vrstev bavlny, vlny.

#### **Kokos:**

Nezaměnitelný komfort spaní na tvrdém s pocitem měkkosti. Tuhý a zároveň pružný. Drží tvar, vhodný i pro větší hmotnosti.

10 – 12 cm výška, náplň – 3cm jádro z kokosového vlákna obalené vrstvami bavlny a vlny.

#### **Double-Kokos:**

Futon je výjimečný svojí stálou pružností a téměř se neslýchá. Výška 12

Spaní na futonu dává Vašemu tělu naprosto odlišný pocit pohodlí než spaní na kterémkoli jiném druhu matrací. Nejsou zde žádné kovové pružiny rušící spánek. Zkrátka spíte "v bavlnce". 99 % Japonců spí na futonech, také mají nejméně problémů s páteří na celém světě. Futon je matrace tvrdá s pocitem měkkosti, vhodná pro alergiky. Rouna přírodních vláken zaručují vysokou hygieničnost, mají 5x vyšší schopnost absorbovat a rychle vydat vlhkost. Vytváří tak pro tělo během spánku suché a příjemné prostředí.

Futon sofa stojí méně než standardní čalouněná sofa, či kterákoli matrace srovnatelné kvality.

Obývací pokoj s futonem přes den můžete změnit na ložnici přes noc.

A údržba? Stačí rozepnout zip, svléct, vyprat.

Futon se již po staletí používá pro spaní na zemi!

Futon váží mnohem méně než většina pohovek, a tím usnadňují veškeré stěhování. Navíc futon je ohebný. Dá se srolovat či přeložit, dřevěný rám je rozmontovatelný na díly, takže není problém vše naložit do osobního auta!

– 14cm, náplň – 2x jádro z kokosových vláken obalené bavlnou a vlnou vhodný pro rovné plochy.

#### **Triple-Kokos:**

Futon nejvyšší kvality, je výjimečný svojí stálou pružností a téměř se neslýchá. Méně bavlny, více kokosových vrstev zaručuje nejvyšší pohodlí a vysokou kvalitu futonu. Výška cca 13 – 15cm, náplň – 3x jádro z kokosových vláken obalené bavlnou a vlnou.

#### **Latex:**

Futon s vysokou pružností a přízpusobivostí anatomii těla. Obsah vlny nabízí kvality popsané u futonu Classic. 11 – 13 cm výška, náplň – 3cm jádro z přírodního kaučuku obalené vrstvami bavlny a vlny. Měkčí matrace.

### **Double Latex:**

Nejměkčí futon. Výška 12 – 14 cm, náplň – 2x jádro z přírodního kaučuku obalené bavlnou a vlnou.



### **Ko-lat:**

Kombinace Kokosu a Latexu. Strana s Kokosem je o něco málo tvrdší než strana s Latexem.

Náplň: jádro z kokosu a latexu, obalený bavlnou a vlnou.

### **Makura**

Podložka dokonale chrání futon před znečištěním, určená mezi futon a prostěradlo, 3cm výška, náplň bavlna nebo vlna. Makuru můžete využít i na cvičení, masáže, pro přespání nečekané návštěvy. Makura je pro děti příjemné místo na hraní.



### **Futon Pipilio**

Standardní rozměry dětských postýlek jsou 60 x 120 cm a 70 x 140 cm. Dá se vyrobit i jiný rozměr dle velikosti postýlky, popř. kolébky pro vaše dítě. Tyto futony jsou v tloušťce (7 – 9cm), tedy o něco tenčí.



### **Zabuto**

Poduška na sezení.

### **Zafu**

Meditační poduška.



**Sushi** – pohankový polštářek

### **Takebuton**

Přikrývka jak pro chladné noci tak i pro horké letní dny (uvnitř čečraná vlna, vně jemná bavlna).

*Chiropraktici a fyzioterapeuti vysoce doporučují futony pro jejich pevnost, protože vrstvená bavlna zaručuje přírodní ortopedickou podporu.*

*Jak vidíte, futon je nejen pohodlný a příjemný, ale i o zdravý.*

*Ostravské středisko*

Poznámka redakce:  
další informace najdete například na <http://www.futoncentre.cz/>

# INSPIRACE

## na výrobu stimulačních desek

Při poslední výrobě stimulačních desek do zásobárny olomouckého Střediska jsme se s kolegyněmi nechaly inspirovat v hračkářství.

Různobarevné větrníky jsou samozřejmě vděčnou hračkou téměř každého dítěte. Pokud se Vám ale podaří sehnat větrník vyrobený z blýskavého materiálu, je radost dvojnásobná. Při jeho umístění na desku vytvoříte lepší kontrast, a zvýrazníte ho tak i pro děti, které potřebují pro zrakovou stimulaci silnější podněty. Pokud se deska při hře navíc nasvítí baterkou či lampičkou, za každé roztočení (ať už ručičkou nebo fouknutím) je dítě odměněno spoustou barevných odlesků.

Z hračkářství jsme si také přinesly postavičku Večerníčka. Jedná se o klasickou loutku z kartónu, která při zatažení za šňůrku roztáhne nožky a ruce. Při umístění na černou desku, polepení reflexní růžovou tapetou a zavěšení zvonečků na ruce Večerníček značně prohlédl. Pak už stačilo jen zvýraznit tahadlo (použily jsme obyčejné kousátko) a hra může začít.

Další možnou inspirací je zahrádka, která je určena na procvičování úchopu a sundávání předmětů. Na kartón jsme nalepily kousek zeleného vzorkového koberce a na něj rozmístily různobarevné kytičky. Ty mají stonek ze suchého zipu a lístky z pryže, polepené výraznými tapetami. Do trávy jsme umístily také berušku, která při zmáčknutí odmění dítě zvukem. Všechny předměty se dají sundat a zase vrátit zpátky. A aby byla iluze dokonalá, na modrém nebi vše sleduje sluníčko, které při zmáčknutí různobarevně bliká.

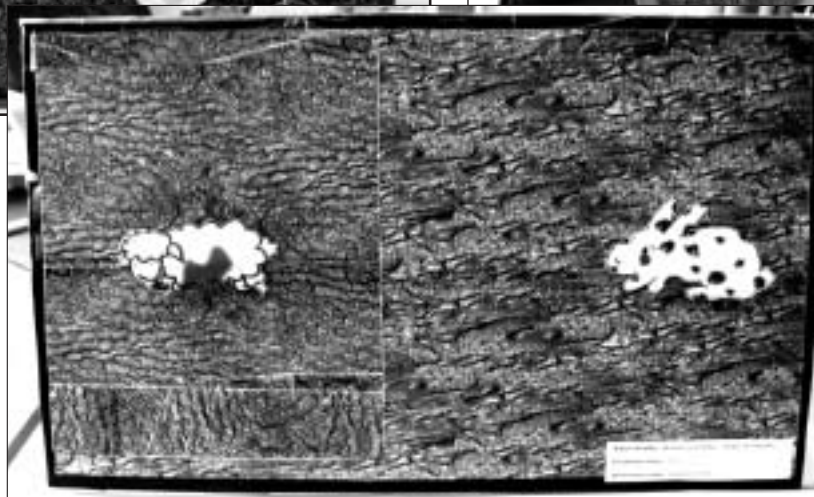
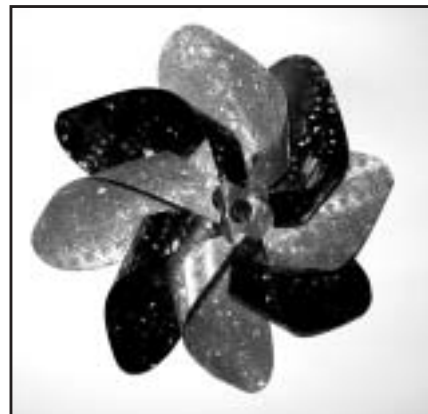
Při zrakové stimulaci také někdy používáme barevné magnety a zvířátka s nalepeným magnetkem.

Vyrobily jsme si proto desku, která sama stojí před dítětem na zemi nebo na stolečku – i poradce či rodiče totiž mají jenom dvě ruce. Deska má celkem čtyři různé strany - na dvou jsou nalepeny koberce a dítě na nich může opět trénovat odlepování a nalepování předmětů na suchý zip.

A další dvě strany jsou určeny právě pro hry s magnety. Jednodušší strana je černá a pro šikovnější děti máme i stranu se vzorem stromové kůry. A zkuste na ní potom najít schovanou ovečku nebo třeba neposedného králíka.

A ještě jedno malé doporučení – při výrobě desek se nám osvědčilo, pokud jsou alespoň dvoustranné. Jednak jakmile přestane dítě zajímat jedna strana, stačí desku otočit a máte úplně novou hračku. A za druhé se taková deska dá snadno umístit přes bok kočárku, postýlku nebo na zem, kde sama stojí.

Magda Hrazdilová,  
SRP Olomouc





Dětský koupelový gel  
Livelle – lze použít  
pro mytí pokožky  
i vlasů.  
200 ml  
Doporučená cena  
116,- Kč vč. DPH



Dětská pěna do  
koupele Livelle  
200 ml  
Doporučená cena  
119,- Kč vč. DPH

Dětský olej Livelle  
100 % přírodní produkt, který neobsahuje  
žádné parfém, barviva, ani konzervanty.  
Je určen pro ošetření dětské pokožky  
zejména po koupeli.  
Jemnou vůni způsobuje přídavek esenci-  
álního oleje z australského čajovníku (Tea  
Tree oil). Pro výrobu byly použity pouze  
vysoce kvalitní oleje ze semen slunečnice,  
sladkých mandlí a jojoby.  
100 ml  
Doporučená cena 141,- Kč vč. DPH

Výrobce:

Livelle s. r. o., Bojanovice 9,  
252 05 Praha - západ,  
obchod@livelle.cz, www.livelle.cz,  
tel./fax: 257 770 905,  
mobil: 606 630 889

# PŘÍRODNÍ

## dětská kosmetika

### Livelle – dětská přírodní kosmetika bez parfémů a barviv z kvalitních surovin

Výrobky kvalitní dětské kosmetiky Livelle jsou vyrobeny na přírodním základě, neobsahují parfém, splňují přísný dermatologický atest a jsou vhodné i pro děti trpící alergickými reakcemi. Pro výrobu této kosmetiky byly použity pouze vysoce kvalitní suroviny, které nevyžadují přítomnost chloridu sodného (soli) – proto nepálí v očích.

Jemnou vůni způsobuje přídavek extraktu levandule ve vodní páře.



Pro snadnější rozčesávání vlasů a pro zabránění vysoušení pokožky obsahuje přírodní kondicionér guar. Produkty Livelle řady BebeJou obsahují fytokomplex z listů jilmu, čerstvé karotky, slézu lesního a drnavce lékařského v aktivních koncentracích blahodárně působících na dětskou pokožku.

Dětská kosmetika Livelle neobsahuje žádné parfém ani barviva. Konzervační látky jsou použity pouze v minimálně nezbytných koncentracích, aby byla zaručena nezávadnost výrobku po dobu jeho použitelnosti.

*Měla jsem možnost vyzkoušet pro naše miminko přírodní kosmetiku Livelle. Kosmetika je bez barviv, konzervačních látek a bez parfémů. To ovšem neznamená, že by nevoněla - vůně je ovšem způsobena přírodními extrakty, například u levandule nebo z čajovníku (Tea Tree oil). Jinak obsahuje takové látky jako mandlový a jojobový olej, výtažky z jilmu, karotky, slézu a dalších rostlin. Voní a používá se opravdu moc příjemně. Používáme dětskou kosmetiku celkově hodně málo, dáváme přednost čisté vodě, ale když už něco používáme, je dobrý pocit, že miminko nevstřebává zbytečné chemikálie.*

*Takže z vlastní zkušenosti mohu přírodní kosmetiku Livelle doporučit, stejně jako další značky přírodní kosmetiky, které jsme vyzkoušeli a používáme, například Welleda, Eoné nebo Nobilis Tilia.*

*Helena Janoušová, SRP Praha  
v současné době na mateřské dovolené*



### Dětská zubní pasta - Lavera naturkosmetik

Pasta je s příchutí jahod a malin a je určena pro začínající péči o mléčné zoubky. Obsahuje bio měsíček. Přírodní čistící tělíčka kyseliny křemičité odstraňují bakteriální povlak mléčných zoubků a poskytují jim zdravou ochranu. Tato gelová pasta se záměrně zřídka tensidů (pěnidel) a fluoru, protože u malých dětí dochází často ke spolknutí pasty. Pasta se doporučuje i při homeopatické léčbě, jelikož neobsahuje rušivé aromatické látky.

Výrobky firmy Lavera jsou pravou přírodní ošetřující kosmetikou a jsou vyvíjeny a vyráběny podle směrnic platných pro kontrolovanou přírodní kosmetiku. Nabízí obsáhlý program péče v řadě pro děti Baby & Kinder Neutral pro jemnou a lehce zranitelnou pokožku. Všechny produkty jsou bohaté na madlový olej. Firma používá BIO suroviny pro výrobu svých produktů, používá 100% čisté rostlinné oleje, aktivní látky a esence a 100% přírodní emulgátory a tensidy. Nepoužívá naopak syntetické konzervanty a přísady na bázi ropy. Své výrobky netestuje na zvířatech.

www.lavera.cz

Zpracovala Kamila Theimerová, SRP Ostava