

„Jak si otcové myslí, že pečují“

Dnešním otcům je často vyčítáno, že se málo zapojují do péče o děti. Realita nebo genderový stereotyp?

Liga otevřených mužů, o.s. se zajímala, jak muži–otcové sami pečí o své děti chápou a praktikují. Proto je oslovila s anketní otázkou: „Jak pečujete o své děti? Napište alespoň 3 příklady.“

Nikola (31), synové (6, 4, 1)

1. snažím se chovat vzorně (tak, jak bych chtěl, aby se chovali ti moji draci)
2. snažím se být s nimi, co jen to jde
3. snažím se stanovit hranice tak, aby byly viditelné a smysluplné

Jan (35), dcera (8), syn (5)

Snažím se nevyhýbat jakékoli péči o své děti. Sprchování, mytí a vysoušení vlasů, stříhání nehtů, oblékání, čtení, zpěv na dobrou noc, pomoc s domácími úkoly, hraní her apod.

Někdy si to užívám, jindy je to pruda (zejména když mám pracovní stres). Naštěstí se se ženou doplňujeme a nemáme striktně rozdělené sféry pečovacího vlivu. Snad jen příprava oblečení osmileté dcery a účes už je nad mé síly.

Je mi jasné, že hodně věcí kolem té péče jednou skončí a bude mi to asi chybět.

Pavel (40), syn (2)

Za nejpodstatnější považuji asi to, že o syna pečuji od narození v noci. Mám noční služby. V případě nutnosti chodím řešit jeho problémy (uklidnit ho, zaspívat, dát napít apod.) A jakékoli jeho probuzení v noci taky řeším já. Možná je to ale spíš péče o jeho matku, tedy mou manželku, tedy vlastně péče o sebe, protože je pro mne důležité, aby si mohla odpočinout a byla alespoň trochu v pohodě.

Ve volných dnech chodím se synem sledovat těch pár vlaků, co máme na nádraží. Ve volných dnech s ním obecně trávím víc času – zase proto, aby si manželka odpočinula. Od pondělí do pátku toho má dost.

Snad by sem mohlo patřit i to, že chodím do práce. Protože mě jiný třetí příklad nenapadá.

*Z článku vybraly a upravily:
Martina Štiková a Alice Pexiederová,
SRP Praha*



Pavel (43), synové (14, 11, 9)

1. běžná denní péče
 - pomáhám klukům se školou (když máma neví – fyzika, matematika)
 - zadávám úkoly pro domácí práce (když mámu neposlouchají)
 - poslouchám jejich příběhy ze školy a chválím, když je za co
2. občasná péče
 - občas si vyjedeme jen pánská jízda někam na off-roady (hmm, ale už jsme dlouho nebyli)
 - občas sami k babičce a dědovi a vyjedeme si na výlet (ale na chození moc nejsou)
 - občas uvařím jídlo dle jejich přání (sice umím jen 2, ale zato jsem byl vyhlášen nejlepším kuchařem v rodině)
 - občas jdeme na motokáry
3. nárazová péče
 - předloni jsem vzal starší kluky a objeli jsme Pobaltské republiky.
 - sem tam jdeme společně do kina
 - jezdíme na společné akce s CeDRem (centrum dětí a rodičů)
 - jezdíme na společné dovolené (jak dlouho ještě?)

Každá to známe

Každá to známe: „začnu se učit něco nového“, „vyrobím si...“, „udělám si čas na...“, „pustím se do..., ale až dodělám...“, „až budu mít čas“.

*„Teď to ale ještě nejde, protože musím to a to a...“
„Jsem tak unavená, vyčerpává mě..., nemám čas odpočinout si, musím...“*

*Není to stěžování si, už to bereme jako fakt a už snad ani nečekáme, že to někdy bude lepší. Možná až děti vyrostou, až...
Na druhou stranu intuitivně víme, že to až tak úplně není.
Že je to vlastně všechno na nás, ale nemáme sílu to nějak začít měnit.*

Tento stav označuje autorka knihy *Ženy, které běhaly s vlky* – mýty a příběhy archetypů divokých žen (nakl. Pragma) Clarissa Pinkola Estes jako silné znečištění toku řeky svého života. Nebudu vyprávět celý příběh, který o tom je, ale nabízím vám její tipy, jak získat řeku zpět, vyčistit ji:



Prvním krokem k zahájení čištění řeky je posílení se, umění přijmout chválu. Tato dovednost je velmi důležitá, abychom si řeku dále neotravovali. Můžeme začít maličkostmi, už třeba jenom tím, že neshodíme něčí pochvalu tím, že to, co děláme, je přece samozřejmost nebo že to je sice fajn, ale že ještě nemáme to a to a ..., že nejsme dokonalé. Pochvalu můžeme nejen přijmout, ale i si ji vychutnat. Lze to nacvičovat.

Dalším krokem je reagovat. Někdy je naše řeka tak znečištěná, že máme pocit pouze jedné možnosti, jsme omezovaly, nejednáme, nemluvíme, vlastně nejsme. Vždycky máme ale více možností, vždy je možné si vybrat, reagujeme-li na to, co se děje kolem nás, vždy je možné si vybrat ze spousty možných myšlenek, pocitů, jednání a reakcí!

>>>

<<<

Následujícím krokem je začít. Začněte, máte-li strach z neúspěchu, začněte a klidně selžete, nejde-li to jinak, dejte se dohromady a začněte znovu. Není to neúspěch, který vás brzdí, ale neochota začínat znovu a znovu. Bojíte-li, že na vás něco „skočí“, tak už to neodkládejte a nechte to na sebe „skočit“, budete to mít za sebou a můžete jít dál, dostanete se za to. Strach pomine. Pomůže vám to v čištění řeky.

Dále je důležité: chránit si svůj čas! To odpudí škodliviny. Dovolte si pro ostatní chvílku nebýt, nefungovat, nebýt jim k dispozici. Svěřte péči o děti někomu jinému, jste zastupitelná, prach na skříních zatím nikam neuteče, nevyžehlenému prádlu se také nic nepříhodu. Věnujte se sobě, tomu, co děláte ráda – ale pro sebe. (Tím nemyslím, že když ráda vaříte, máte navařit v tomto čase pro rodinu.) Dovolte si vyvést ceduli: „Od ...do ... nerušit, nepřijímám návštěvy, můžete mě vyrušit jen pokud jsem vyhrála v loterii nebo.....“ Je na vás, jak si svoje hranice ohlídáte, ale učte se to, předejdete zamoření řeky.

Pro další čištění je potřeba: zůstat při tom. Neexistuje nic, co by ohlíдалo, abychom netrápily svoji duši, nikdo nás za to nepotrestá, na to je sociálka krátká. Je to pouze na nás, jsme na to samy. Je nezodpovědné „zalévat“ jednou za 14 dní, vše má svůj rytmus, který je potřeba dodržovat, a jsme to i my, které žijeme v pravidelném rytmu.

Vytrvalost potřebujeme chránit, nepřipustíme vlastní hladovění. Nasytit ostatní, to nám jde dobře, k tomu jsme trénované od malička, samy sebe odbýváme, považujeme se za nedůležité, v pozadí. Říkáme si, hlavně, aby to bylo pro děti, aby se jim to líbilo, aby to tchýně ocenila...

Mysleme ale také na sebe, není to vůbec sobecké, myslíme tak na svou ochranu, na péči o svou řeku.

**„Své životy můžeme žít tak,
jak si přejeme a jak cítíme,
tam, u řeky, můžeme chovat
v náručí mnoho svých dětí
a ukazovat jim jejich obraz
v čisté, jasné vodě.“**

Popsané kroky jsou během na dlouhou trať, neváhejte a začněte.

*Podle zmíněné knihy upravila
Alice Pexiederová,
SRP Praha*

PŘEDSTAVUJEME

ARPZPD v ČR o.s. Klub Hornomlýnská

Klub Hornomlýnská vznikl v roce 2003 z iniciativy rodičů dětí s nejtěžším zdravotním postižením v bezbariérovém domě v ulici Hornomlýnská proto, že tyto děti neměly naprosto žádné šance na integraci do společnosti, dokonce ani žádný specializovaný stacionář nebyl ochoten je přijmout. Prvotní záměr zřídit denní stacionář se však nezdařil, dostupné nebytové prostory byly hygienickou stanicí HMP shledány jako nevyhovující.

Dejte nám šanci - integrace dětí s těžkým kombinovaným postižením do běžných MŠ za pomoci asistentů pedagoga

Tehdy nám **Michaela Frycová, místopředsedkyně NRZP**, vnukla myšlenku, že nadějí pro naše děti nemusí být jen budování nového stacionáře. Že možná mohou mít prospěch z téhož, co přináší prospěch zdravým dětem, tedy ze zařazení do běžných mateřských školek. To nevyžaduje žádné nové investice, žádné

další budovy a žádné velké miliony. Když jsme si tu myšlenku osahali, okamžitě jsme ji adoptovali. I ostatním rodičům se zalíbila. Někteří byli nadšeni, vlastně ani nedoufali, že by jejich dítě někdy mohlo chodit do běžné MŠ. Aktivní činnost sdružení brzy znamenala rozšíření působnosti na rodiny s dětmi z celé Prahy.



O úspěšnosti a potřebnosti tohoto projektu svědčí mimo jiné i grantová a dárcovská podpora
MPSV, MHMP, nadace NROS Pomozte dětem, Nadace O2 a Via, Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška, Damovo, Českého výboru UNICEF, Nadace Divoké husy,
stejně jako zájem médií.

Články o nás vyšly v regionálních i celoplošných periodikách, např. v časopise „Děti a my“, „Vlasta“; na internetových portálech pro veřejnost i pro občany s handicapem. O projektu, ale také o činnosti celé organizace byl v roce 2006 natočen jeden díl pořadu „Klíč“, v roce 2007 projevila Česká televize opětovně zájem o natáčení s naší organizací v rámci pořadu Pomozte dětem „Kuře - kde získané peníze pomáhají“.

PROJEKT *Dejte nám šanci*

– integrace dětí s postižením za pomoci asistence

Od zahájení projektu v roce 2005 byla pomoc asistenta zajištěna celkem 63 dětem z celé Prahy, z toho zhruba 1/3 dětí využívá našich služeb dlouhodobě. Zpočátku byl projekt zaměřen výhradně na asistenci dětem integrovaným v běžných MŠ. Od ledna 2007 pobírají rodiče dětí se zdravotním postižením příspěvek na péči a mohou se sami rozhodnout, zda příspěvek využijí na úhradu sociálních služeb zajišťovaných některým z jejich poskytovatelů (např. nestátní neziskovou organizací), nebo zda péči zastanou sami či zajistí péči jiné blízké osoby. Na základě legislativních změn platných od ledna 2007 a velkého zájmu ze strany rodičů rozšířila naše organizace projekt na oblast osobní asistence v domácím prostředí a asistenci pro volný čas dětí.

Cílem projektu Dejte nám šanci je poskytování osobní asistence vycházející vždy z konkrétních potřeb rodičů dítěte s postižením i dítěte samotného. Služba je zaměřena na cílovou skupinu dětí s postižením od 3 do 10 let z Prahy. Projekt Dejte nám šanci vychází z přesvědčení, že dítě s postižením potřebuje mít život stejně pestrý jako jiné děti. Chce poznávat nové lidi, nová prostředí a pozorovat vše kolem sebe. Potřebuje nejen cílenou specifickou stimulaci a rozličné formy rehabilitace, ale také styk s vrstevníky a možnost zapojit se do jejich her. I dítě s těžkým postižením je součástí společnosti. S pomocí osobního asistenta, který se s klientem i jeho potřebami podrobně seznámí, má dítě možnost navštěvovat mateřskou školku, volnočasové aktivity,



případně trávit čas individuální hrou s asistentem. Samozřejmostí asistentovy práce je také zajištění běžných úkonů péče o dítě a obstarání základních životních potřeb dítěte.

V souvislosti se zájmem rodičů o asistenci pro starší děti nepatřící do současné cílové skupiny projektu uvažujeme v příštím roce o zvýšení věkové hranice na 15 let. S velkým zájmem se setkala i nabídka pro rok 2008 – totiž možnost navýšit kapacitu poskytované asistence ze současných až 4 hodin denně na 8 hodin, a umožnit tak rodičům docházet do zaměstnání či si ještě více odpočinout a mít možnost nabrat další sílu.

Centrum pomoci rodinám s dětmi se zrakovým a kombinovaným postižením **FILIPOVKA**

Situace dětí se zdravotním postižením se v posledních letech v mnohém zlepšila. Nadále ale zůstává faktem, že i dnes jsou děti s těžkým postižením v mnoha směrech diskriminovány. Zajistit pro tyto děti podmínky a šance srovnatelné s jejich zdravými vrstevníky je stále velice složité. Děti s postižením jsou mnohdy zcela sociálně izolovány a nemají kontakt s vnějším prostředím. Tím se u nich nerozvíjí motivace potřebná k dalšímu vývoji. Rodiče, kteří se rozhodli své dítě s postižením neumístit do ústavu

Centrum FILIPOVKA

sociální péče, jsou obvykle přetíženi náročnou celodenní péčí a v mnoha případech u nich dochází k celkovému vyčerpání. Tato únava a ztráta energie zpětně ovlivňuje také jejich dítě.

Centrum FILIPOVKA vzniklo především pro rodiny, které trvale pečují o děti s těžkým postižením, které vzhledem ke svému postižení nemohou navštěvovat běžné mateřské či základní školy ani denní stacionáře (z důvodu jejich omezené kapacity), a jsou tak odkázány pouze na péči své rodiny.

Naším cílem je pomoci těmto rodinám zvládnout náročnou péči o tyto děti, a přispět tím ke zlepšení jejich životní situace prostřednictvím následujících služeb:

Respitní péče

Respitní péče je odlehčovací služba, jejímž cílem je poskytnout rodinám, které pečují o děti s postižením, čas k odpočinku, regeneraci sil a možnost vykonávání jiných činností než je péče o děti. Její filosofie je založena na zkušenosti, že i ten, kdo celodenně pečuje o dítě s postižením, má nárok na odpočinek. Mnoholetá stálá 24 hodinová péče o dítě vede časem k naprostému fyzickému a psychickému vyčerpání pečovatele a nemožnost si od ní odpočinout může vést až k umístění dítěte do ústavu. Tomu chceme zamezit a zároveň chceme dát dětem možnost kontaktu s prostředím mimo domov, kontaktu s jinými dětmi, a umožnit jim rozvoj stávajících a získání nových dovedností. Během pobytu je možno využít canisterapii a pobyt v psychorelaxační místnosti.

V respitní péči je zajištěno hlídání dětí odborným personálem, který pracuje s dětmi podle jejich individuálních potřeb a možností v dopoledních (8.00-12.00 hod.) anebo odpoledních hodinách (13.00-17.00 hod.) každý všední den v průběhu celého roku.



Klub rodičů dětí s postižením

V klubu rodičů v Centru FILIPOVKA se mohou dvakrát týdně v odpoledních hodinách setkávat rodiče dětí s postižením, kterým nabídneme jednak poradenství, diskuse, přednášky týkající se sociálně-právní, pedagogické a zdravotní problematiky, ale i možnost zacvičit si, účastnit se výletů, muzikoterapie anebo jen volně konverzovat. Součástí činnosti klubu rodičů je také pořádání psychorehabilitačních pobytů v Domě rodin ve Smečně (na podzim máme ještě volná místa ozvěte se!), v jednání jsme také s Nadačním fondem Klíček zajišťujícím respitní pobyty v Malejovicích u Uhlířských Janovic. V rámci klubu provozujeme také půjčovnu rehabilitačních, kompenzačních, didaktických pomůcek a odborné literatury. Chceme přispět k vytvoření co nejpodnětnějšího prostředí pro děti se zrakovým a kombinovaným postižením i v domácnostech, a tak umožnit nejen rozvoj jejich schopností a dovedností, ale také snížení omezení vyplývajících z jejich postižení.

Přestože se jedná o projekt, který je na samém začátku, již nyní o jeho úspěšnosti a potřebnosti svědčí nejen zájem ze strany rodin, ale i podpora sponzorů a dárců, mezi něž se řadí především Nadační fond Českého rozhlasu ze sbírky Světluška a Nadační fond J&T, dále IKEA, Dobročinný fond Philip Morris, Elpring, HORIZONT NARE s.r.o., Damovo, atd.



**Vážení rodiče,
pokud jsme Vás svou činností zaujali a potřebujete některou ze zmíněných služeb, ozvěte se nám! Osobní asistenci zajišťujeme pro pražské rodiny, pobyty jsou určeny pro zájemce z celé republiky, respitní péče a Klub rodičů jsou určeny pro rodiny z Prahy a okolí. Informace o nás naleznete na webových stránkách**

www.hornomlynska.cz,

**spojit se s námi můžete jak mailem info@hornomlynska.cz,
tak telefonicky na tel. č. 271 910 328(tučně).**

Těšíme se na Vás!

Tým Klubu Hornomlýnská



Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí v ČR

» **Klub Hornomlýnská**

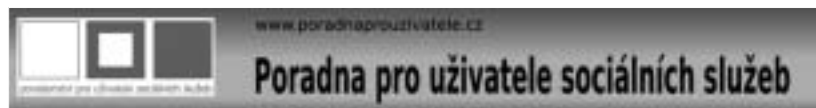
Klub Hornomlýnská | projekt Dobro sán Janů | projekt Filipoška | rehabilitace

Zajímavé INTERNETOVÉ stránky

Vítejte na stránkách, které jsou věnovány systémovému projektu Národní rady osob se zdravotním postižením „Poradenství uživatelům sociálních služeb“. Projekt je podpořen Ministerstvem práce a sociálních věcí České republiky. Vzdělávací složka je zajištěna v rámci projektu ESF – OPRLZ „Vzdělávání poradců uživatelů sociálních

normy, odborné texty, odkazy na odbornou literaturu a elektronické informační zdroje i prostor pro diskusi.

V samostatné části naleznete přehled poraden pro uživatele sociálních služeb zřízených v 77 městech České republiky. Součástí stránek je i internetová poradna, do níž můžete zasílat dotazy k sociálním službám – a speciálně ke smlouvám



www.poradnaprouzivatele.cz

služeb“. Celostátní síť poradců je zajištěna v rámci dotačního programu podpory sociálních služeb. Hlavním cílem projektu je v reakci na nový systém sociálních služeb vybudovat organizační a obsahový rámec funkčního systému Poradenství uživatelům sociálních služeb. Na těchto stránkách naleznete soubor informací, které využijete při hledání potřebné sociální služby, jednání s poskytovatelem služby a zejména v procesu přípravy a uzavírání Smlouvy o poskytování sociální služby. Najdete zde potřebné právní

o poskytování sociálních služeb. Postupně budou na stránkách uveřejňovány i výsledky řešení obou projektů:

vzorové smlouvy o poskytování sociálních služeb, metodika systému poradenství uživatelům sociálních služeb, výsledky šetření a výzkumu nového systému sociálních služeb.

SRP Ostrava

www.peknyden.cz

– navigátor pro aktivní rodiny s malými dětmi
– aktivity, akce, tipy, antitipy

Dobromysl.cz je internetový server poskytující komplexní informace o problematice zdravotního postižení – konkrétně různých forem mentálního postižení a autismu

– a integrace lidí s tímto typem postižení do společnosti. Tematicky pokrývá hlavní oblasti života jako jsou rodina, vztahy, škola, práce, bydlení, zájmy, zdraví či právo a zaměřuje se přitom

www.dobromysl.cz

především na možnosti začlenění člověka s postižením do běžného života, jeho přirozené fungování v rámci sousedství, komunity. Je prostorem pro vyjádření názoru, sdílení zkušeností, seznámení, komunikaci.

Dále bude zviditelnovat konkrétní organizace a služby pro lidi s postižením a zprostředkovávat kontakt na ně.



Projekt chce též nenásilně informovat širokou veřejnost o problematice zdravotního postižení, a přispívat tak ke zlepšení vztahů mezi většinovou společností a členy minorit.

www.moje-rodina.cz – nový rodinný portál pro ženy



K posouzení stupně ZÁVISLOSTI

Vážení rodiče, vzhledem k častým dotazům ohledně posouzení stupně závislosti a neochotě některých úředníků bych vám ráda předala tyto informace:

1. podle zákona 500/2004 Sb. mají účastníci a jejich zástupci právo nahlížet do spisu, společně s nahlížením do spisu je možné udělat si výpisy, a právo na to, aby správní orgán pořídil kopie spisu nebo jeho částí. Pokud správní orgán odepře nahlížení do spisu nebo jeho částí, vydá o tom usnesení, které se oznamuje pouze této osobě. Nahlížení není možné do spisů, na které se vztahuje zákonem daná mlčenlivost. Díky tomuto ustanovení si tak můžete

zkontrolovat, na základě čeho bylo rozhodnuto o míře stupně závislosti.

2. Dále zákon č. 108/2006 §1 odst. 2 říká, že při hodnocení zvládat jednotlivé úkony se posuzuje, zda je osoba schopna dlouhodobě, samostatně, spolehlivě a opakovaně rozpoznat potřebu úkonu, úkon fyzicky provádět obvyklým způsobem a kontrolovat správnost provádění úkonu.

Podle výkladu JUDr.Hutaře lze toto ustanovení převést do názorné tabulky:

	dlouhodobě	samostatně	spolehlivě	opakovaně
Rozpoznání úkonu				
Provedení úkonu fyzicky obvyklým způsobem				
Kontrola správnosti provádění úkonu				

Aby byl úkon považován za zvládnutý, je potřeba, aby v každém políčku bylo „ano“. Pokud tomu tak není, úkon se považuje za nezvládnutý.

S rostoucím věkem dítěte se mění počet posuzovaných úkonů a možností splnit podmínky pro získání vyššího stupně závislosti (jedná se o dosažení věku 3 let – možnost získání III.stupně - a 7 let - možnost získání IV.stupně). Dosažení věku 7 let dítě je nutné nahlásit na oddělení státní sociální podpory, aby nedošlo k přeplatku rodičovského příspěvku, který by se musel následně vracet.

Pokud tedy budete zvažovat odvolání nebo budete žádat o zvýšení stupně závislosti, situaci řádně promyslete. Mohlo by se skutečně stát, že spadnete do nižšího stupně. Vyžádejte si proto na úřadě spis, kde můžete vidět, jak proběhlo posouzení. Důsledně si překontrolujte jednotlivé úkony, zda-li je vaše dítě skutečně zvládá nebo ne. Spočítejte si úkony, které nezvládá, a srovnajte je s limity pro přiznání jednotlivých stupňů závislosti.

Úkony najdete ve vyhl. č. 505/2006 v příloze č. 1.

Lenka Veverková ze SRP Praha
Zdroj: Hutař 2007,

Sociální služby a pomoc v hmotné nouzi

Pozvání na zajímavou akci:



HOSPI Medica 2007 - 4 dny veletržního businessu od rána do večera!

Veletrh HOSPI Medica Brno 2007
16. - 19. 10. 2007, Výstaviště 1, 647 00 Brno

Veletrh je mezinárodní fórum pro odbornou zdravotnickou veřejnost, přehlídka perspektivních medicínských oborů, nabídka nových obchodních příležitostí, možnost odborných diskusí a společenského kontaktu.

Veletrh je prezentací kompenzačních, protetických a rehabilitačních pomůcek (Rehaprotex), jako místo setkání osob se zdravotním postižením se zástupci neziskových organizací a dalšími specialisty.

Veletrhu se účastní pravidelně více než 2000 odborníků z České republiky i zahraničí.

Pro všechny děti a sourozence

To vám děti byla už dlouhá zima. Mašák s Kvašákem už neměli skoro čím topit v pařezu, a tak se vydali do lesa pro dřevo. Hledali, hrabali ve sněhu, prosili zvířátka, ať jim pomůžou, ale nikdo jim neuměl pomoci.

Najednou slyšeli ptáčka jarabáčka: „Píp píp píp“. Mašák se ptal: „Ptáčku, co se ti stalo?“. A ptáček jen: „Píp píp“. Kvašák nelenil a vylezl pro ptáčka na strom. „Vždyť se podívej, je úplně promrzlý“. Vzali ptáčka a pelášili s ním do pařezu, ať se trochu ohřeje. Jak ptáčkovi pookřála křidélka, začal s nimi mávat a létat po pařezu. Přitom volal: „Děkuji, děkuji, teď můžu létat za svými kamarády“. Ze samé radosti se ani nemohl zastavit.

Mašák s Kvašákem zatím přiložili posledním polínkem, a jak kamínka vyhasínala, začalo být v pařezu zima. Když to ptáček viděl, hned ho napadlo, že by mohl vzít Mašáka s Kvašákem s sebou do teplých krajin. A volal na ně: „Poleťte se mnou, tam, kam letím, je teplo“. „Ale vždyť my nemáme křídla,“ řekl Mašák. Ptáček na nic nečekal, Mašáka a Kvašáka si posadil na sebe a vyletěli oknem z pařezu.

Letěli přes říčky, potoky, řeky moře a oceán. Když už byli nad Karibským mořem, ptáček volal: „Píp píp, už nemůžu“. Všichni už si mysleli, že to s nimi špatně



Jak se Mašák a Kvašák skamarádili s kapustňákem



dopadne. Ale najednou zvolal Mašák: „Vidím ostrov“. Ptáček z posledních sil doletěl na úplně malý ostrůvek v moři.



Ale děti, co se vám nestalo. Ten ostrov se pohnul a promluvil: „Co to tam nahoře děláte?“. Mašák s Kvašákem sestrašně vyděsili a jen špitli:

„Odpočíváme, náš ptáček jarabáček už nemůže letět“. „Pane ostrov, můžeme tu chvilku zůstat?“ zeptal se Mašák.

Ten ostrov se znovu pohnul a zaburácel:

„Já nejsem žádný ostrov, jsem KAPUSTŇÁK“. „Zůstat můžete, alemusíte mě drbat na zádech“, pronesl významně kapustňák.

Teď se vyděsil i ptáček a jen si pomyslel, že to bude jejich konec. Určitě je ten kapustňák sežere. Ale každý, kdo zná kapustňáka, tak ví, že je to vegetarián a baští jen mořské řasy a chaluhy. Jenže tato informace se jaksi nikdy nedostala ani ke Kvašákovi a ani k Mašákovi, natož k ptáčkovi jarabáčkovi.

Kapustňák byl veskrze hodný tvor a jak ho Mašák s Kvašákem drbali, moc se mu to líbilo. Hrozně se u toho chechtal.

Nakonec se všichni skamarádili, kapustňák je odnesl ke břehu a tam skotačili a jásali, že všechno dobře dopadlo. Ještě chvilku všichni brebentili a z toho velkého dobrodružství tvrdě usnuli.

Romana Chalupová,
SRP Ostrava

Básnička s pohybem

Básničku naučila rodiče ve skupince během kurzu pro rodiny v Holenském dvoře paní Juriková ze Sokolova, maminka Kamila, a u dětí má velký úspěch.

Doporučujeme, aby vám děti seděly na klíně a spolu s nimi můžete dělat doplňující pohyby k veršům.

Mimochodem: básnička obsahuje i znaky ze znakového jazyka MAKATON

(„sednout si“ a „spát“),

který je možno tímto způsobem nenásilně začít používat.

Myška tanečnice



Tančila myška, tančila,

(pohupujeme rukama jako při tanci)

až se jí hlavička točila.

(otáčení hlavou)

Sedla si, zdřímla si,

(pohyb rukama dlaněmi dolů, ruka pod hlavou – spaní)

ale jenom málo!

(výhružný pohyb prstem)

Poslouchejte, co se jí zdálo:

(dotyk prstem ucha)

Že mašina jede, hučí,

(napodobování jízdy vlakem rukama)

že se jí veliká kola točí,

(kola rukama)

že ptáčekové odletěli,

(rozpažení a mávání rukama)

květinky se uzavřely.

(zvednutí rukou, spojení)

A vtom v dálce uhodilo

(rozpažení a tukunutí nebo tlesknutí rukama o sebe)

a to myšku probudilo.

(nic nebo nadskočení)



*Hodně legrace přeje
Alice Pexiederová, SRP Praha*

HRAČKY

pomůcky a nápady

Zjednodušené zvukové puzzle

Aby se dětem lépe přiřazovala zvířátka – puzzle, je možné volná místa dokreslit, alespoň přibližně dle předlohy. Děti se tím velmi zjednoduší práce. Ke zlepšení úchopu u puzzlí vymyslela paní Korecká (klientská rodina SRP Praha) korkové špunty, zvláště barevnou izolepou.

*Pomůcku graficky vylepšila:
Jana Štvrtňová, SRP Praha
Nafotila:
Martina Štiková, SRP Praha*



Stabilizační ortéza pro sed

Jakou funkci ortéza plní?

Ortéza zajišťuje stabilitu trupu, hlavy a dolních končetin. Sedací část je vybavena abdukčním klínem, který kontroluje polohu dolních končetin při sedu. Trupová část je doplněna bočními zábranami, které zachytí dítě při úklonu do stran a bezpečně stabilizují trup. Hlavová opěrka je zabudovaná napevno nebo je stavitelná a stabilizuje polohu hlavy. Ortéza plní funkci korekční, přičemž zachovává hybnost končetin. Udržuje páteř v požadované poloze, vnitřní klín zajišťuje požadovanou polohu kyčelních kloubů a usazení trupu.

Jaké jsou výhody ortézy?

Ortéza umožňuje aktivnější začlenění člověka do kolektivu a usnadňuje celkovou péči o něj.

Co je potřeba vyřídit, než se začne ortéza vyrábět?

Aby se ortéza mohla začít vyrábět, musí ortoped, chirurg, rehabilitační, neurolog nebo protetický lékař předepsat poukaz na pomůcku. Výrobu musí ještě potvrdit revizní lékař razítkem na stejném poukazu. Kód pro pomůcku je 05 78860. Před zahájením výroby musí protetický technik vědět, na jaký vozík nebo podstavec se bude ortéza pro sed připevňovat.

Komu je ortéza určena?

- Dětem s DMO
- Dospělým a dětem s plegií, kvadruplegií
- Dospělým a dětem s těžkými spastickými projevy na dolních končetinách
- Po operacích kyčelních kloubů, kde je nutné dlouhodobé umístění v klidové pozici
- Dětem s myopatií (svalovou dysfunkcí)



Kdo hradí náklady na výrobu?

Náklady hradí plně zdravotní pojišťovny. Vozíky, podstavce nebo jiné doplňky nejsou součástí stabilizačních ortéz pro sed a jsou hrazeny pojišťovnami na základě dalších poukazů.

Kódy zdravotní pojišťovny

05 0078860 stabilizační ortéza pro sed
– nutné schválení revizním lékařem na základě předložení cenové kalkulace.

Předpis – lékařská odbornost:

OP, ORT, CHI, REH, NEU

SRP Praha, zdroj:
www.ms-protetic.cz