

Na co nezapomenout?

ATMOSFÉRA

Při pobytu ve snoezelen koutku je důležitá příjemná atmosféra. Snažte se vytvořit klidné prostředí i svým rozpoložením. K navození atmosféry může pomoci relaxační hudba, ale také rituál, jako je specifický zvuk (např. zvoneček) nebo jiný symbol na začátku a konci pobytu. To vše pomáhá dítěti i Vám se na tento zážitek naladit.

PŘÍJEMNÉ PROSTŘEDÍ

Nezapomínejte na optimální teplotu a čerstvý vzduch v místnosti. Aby se dítě dokázalo uvolnit, potřebuje k tomu komfortní podmínky.

SVĚTELNÉ PODMÍNKY

Zatemnění zvýší účinek světelných pomůcek a zároveň odcloní rušivé podněty v místnosti. Nechte vyniknout jen vybrané prvky. Pokud nemáte místnost, kterou lze vhodně ztemnit, můžete využít senzorické doupě, prostor pod dekou nebo dětský stan. To poskytne Vašemu dítěti klidné a nerušené prostředí s omezením vnějších podnětů.

MÉNĚ JE VÍCE

Dopřejte svému dítěti čas na prožitek a objevování. Zaměřte se na jeden podnět a nechte jej prozkoumat ho do hloubky, místo abyste nabízeli příliš mnoho vjemů najednou.

SPECIFIKA VAŠEHO DÍTĚTE

Pomůcky vybírejte s ohledem na potřeby a zájmy svého dítěte – poradkyně vám rády pomohou s výběrem.



**Snoezelen
je o ZÁŽITKU,
ne o výkonu**



**Jak si
vytvořit
SNOEZELN
KOUTEK
DOMA**



**Společnost
pro ranou péči**

Co je to SNOEZELLEN?

Snoezelen je metoda smyslové stimulace a relaxace, která podporuje rozvoj dítěte v příjemném a bezpečném prostředí.



**Snoezelen
prohlubuje
soustředění,
vnímání
a učení**

K čemu slouží?

- Pomáhá ke zklidnění a uvolnění.
- Podporuje smyslové vědomí a poznávání.
- Posiluje komunikaci a interakci s okolím.
- Poskytuje radost a pohodu.



Jak si vytvořit SNOEZELN KOUTEK DOMA

PROSTŘEDÍ

Vyberte místnost, která je co nejméně zaplněná a umožňuje snadnou přípravu bez nutnosti častého přesouvání věcí. Ideálně by měla umožňovat zatemnění.

OMEZENÍ RUŠIVÝCH PRVKŮ

Vypněte hlučné spotřebiče, zavřete okna - zajistěte klidnou atmosféru.

DÍTĚ V POHODLÍ

Ujistěte se, že je dítě najezené, přebalené a v bezpečné a pohodlné poloze.

VAŠE NALADĚNÍ

Myslete také na své potřeby.



**Klidná
atmosféra je
jedním z
klíčových prvků
snoezelenu**

JAKÉ OTÁZKY SI KLÁST?

- Stimulace nebo relaxace?
- Které smysly chcete stimulovat?
- Jaké podněty ho zajímají?
- Jak dítě reaguje na podněty?

Pokud možno si zajistěte prostředí se stálým vybavením. Menší pomůcky mějte snadno dostupné (např. uložené v krabici).

Výběr vhodných pomůcek

Není nutné pořizovat velké množství pomůcek za vysoké finanční náklady. Stačí několik pečlivě vybraných prvků, které odpovídají potřebám Vašeho dítěte.

SVĚTELNÉ POMŮCKY

Světelná vlákna, bublinkový válec, LED světla, světelný panel, laserový projektor na zeď, zrcadlo.

PODLOŽKY A POLOHOVACÍ POMŮCKY

Deky, polštáře, vaky, houpačky, hamaky.

VIBRAČNÍ A ZÁTĚŽOVÉ POMŮCKY

Masážní podložka, menší vibrační pomůcky, zátěžové deky a polštáře.

ZVUKOVÉ PODNĚTY

Relaxační nebo aktivizační hudba, léčivé hudební nástroje (bubínky, tibetské misky, chrastítka, deštné hole, zvonečky, zvonkohry).

ČICHOVÉ A CHUŤOVÉ PODNĚTY

Esenciální oleje, difuzér, potraviny k ochutnávání.

HMATOVÉ PODNĚTY

Míčky, pytlíčky s různými materiály, pískovnička, sensorické lahvičky.

**Snoezelen
zajistí dítěti
klidný prostor
bez rušivých
podnětů**



Další inspirace:

www.ranapece.cz/snoezelen