

odborný časopis



sociální služby

cena: 69 Kč / 3 €



Inspirujte se
dobrou praxí

Hodnocení
jako systém,
ne formulář

Rozhovor

Připravenost zaměstnanců na bezpečnostní rizika může zachránit život

HARTMANN



Trojitá péče jedním dotykem



NOVÉ Vlhčené ubrousky MoliCare® SKIN 3v1
chrání citlivou pokožku intimní oblasti.

- +** Pohodlí 3v1
čistí, chrání a hydratují
v jednom kroku.
- +** Rychlá každodenní
péče a ochrana
při výměně inkontinenční
pomůcky.
- +** Šetrné k pokožce
a životnímu prostředí
100% viskóza bez plastů.
Certifikace FSC®.¹



[1] FSC® MIX | Papír | Podpora zodpovědného lesnictví. Licenční kód: FSC-C030159.



odborný časopis

sociální služby

Odborný časopis Sociální služby
Měsíčník vydávaný Asociací poskytovatelů
sociálních služeb ČR
Adresa: Vančurova 2904, 390 01 Tábor
Tel.: +420 381 213 332
www.socialnisluzby.eu, www.apsscr.cz
www.facebook.com/Socialnisluzby
IČ: 604 458 31

Ročník: 28
Číslo: 4/2026 DUBEN
Cena: 69 Kč / 3 €
Roční předplatné: 690 Kč / 30 €
Objednávky: www.send.cz („Časopisy odborné“).
Členové APSS ČR objednávají časopis písemně,
e-mailem nebo telefonicky na adrese vydavatele
nebo redakce, případně na www.socialnisluzby.eu.

Vychází: V Táboře 10× ročně, 20. den v měsíci,
resp. nejbližší následující pracovní den

Redakce:
Šéfredaktorka: Ing. Petra Cibulková
sefredaktor@apsscr.cz
+420 607 056 221
Zástupkyně šéfredaktorky: Mgr. Ivana Vlnová
redakce@apsscr.cz
+420 734 155 996

Jazyková korektura:
České texty: Mgr. Tamara Kajznerová a redakce

Redakční rada:
Mgr. Petr Brázda
Ing. Petra Cibulková
Ing. Jiří Horecký, Ph.D., MSc., MBA
Ing. Renata Kainráthová
Ing. Daniela Lusková, MPA, MHA
Mgr. Alena Sakařová
Mgr. Andrea Tajanovská, DiS.
Mgr. Jan Vrbický

Grafické zpracování a tisk:
RUDI, a. s., Komenského 1839, 390 02 Tábor

Distribuce:
SEND Předplatné, s. r. o., Ve Žlíbku 1800/77,
hala A3, 193 00 Praha 9 – Horní Počernice,
www.send.cz, tel.: 225 985 225, GSM: 777 333 370,
fax: 225 341 425, e-mail: send@send.cz,
SMS: 605 202 115

Objednávky a distribuce na Slovensku:
MAGNET PRESS, SLOVAKIA, s. r. o.
P. O. Box 169, 830 00 Bratislava, Slovensko
Tel.: 00421/2/67201931-33 předplatné
e-mail: predplatne@press.sk, www.press.sk

Fotografie a ilustrace:
Neňí uvedeno jinak:
Pixabay a archivy autorů příspěvků

Foto na titulní straně:
iStock

Příspěvky a inzerce:
Příspěvky mohou být redakčně upravovány a kráceny.
Inzerce, PR články a příspěvky do rubrik Střípky
z domova a Pro inspiraci přijímá zástupkyně šéfredaktorky.
Za obsah inzercí a PR článků odpovídá zadavatel.
Přetiskování krátkých úryvků článků je možné pouze
s uvedením názvu, jména autora článku, ročníku,
čísla a strany. Přetiskování celých článků či jejich částí
přesahujících jeden odstavec je možné pouze se svolením
redakce. Uzávěrka je vždy 15. dne předchozího měsíce.
Další pokyny naleznete na www.socialnisluzby.eu.

Registrace:
Povoleno rozhodnutím MK ČR E 11018
ISSN 1803-7348



Z obsahu čísla:

- **Aktuality APSS ČR** 5
- **Institut vzdělávání APSS ČR:
Nabídka otevřených kurzů** 6
- **Personalistika:
Hodnocení jako systém, ne formulář, I. díl
– Proč zpětná vazba v organizacích nefunguje** 9
- **Reportáž:
Komunikaci v náročných situacích
se lze naučit – i díky virtuální realitě a AI** 11
- **Rozhovor: „Připravenost zaměstnanců na bezpečnostní
rizika může zachránit život,“
říká bezpečnostní specialista Lumír Němec** 12
- **Ambulantní služby:
Multidisciplinarita v ambulantních sociálních
službách: fráze, nebo realita?** 17
- **Speciální příloha: Dobrá praxe** 19
- **Zdravotnictví:
Jak si pomoci, když tělo mluví chronickou bolestí** 27
- **Pečovatel/ka roku: rozhovory s oceněnými** 28
- **Veřejný ochránce práv:
Exekuce příjmů a peněz na účtu z pohledu
ombudsmana** 34
- **Střípky z domova** 39



SOCIÁLNÍ SLUŽBY

SPECIÁLNÍ mobilní aplikace

Vážení členové Asociace,
milí kolegové,

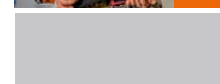
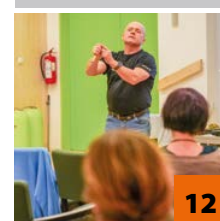
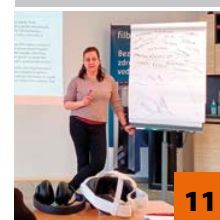
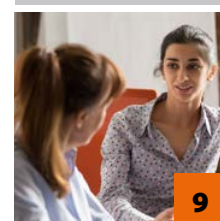
abychom Vám i nadále
poskytovali rychlý, resp. ještě
rychlejší informační servis,
vyvinuli jsme pro Vás speciální
mobilní aplikaci SOCIÁLNÍ
SLUŽBY.



Aplikaci si můžete stáhnout
dvojměr způsobem:

1. v App Store (iPhone) nebo v Obchod
Google Play (Android).
Do vyhledávače zadejte „Sociální služby“;

V případě technických problémů
a dalších dotazů
se obračejte na tajemnici APSS ČR
Ing. Gabrielu Chvalovou
na e-mailu: tajemnice@apsscr.cz.





**„Na začátku
přišlo slovo.
Hned po něm
přišlo
nedorozumění.“**

**Reinhard K. Sprenger
(1953)**

německý hudebník



ÚVODNÍK VICEPREZIDENTKY



Jaro bývá symbolem nových začátků. Příroda se probouzí, věci se dávají do pohybu a často přichází i chuť začít něco nového. Právě v tomto období bych ráda otevřela sérii článků věnovaných ambulantním sociálním službám – jejich praxi, zkušenostem i tématům, která v každodenní práci řešíme.

Ambulantní služby mají v systému sociálních služeb specifické místo. Jsou pevně ukotvené v komunitě a zároveň velmi rozmanité. Setkávají se zde lidé různých věkových skupin i životních situací a služby reagují na široké spektrum potřeb – od podpory rodin s dětmi až po pomoc lidem v náročných zdravotních či sociálních situacích.

Právě tato pestrost klade velké nároky také na pracovníky a týmy. Nestačí jedna odbornost ani jeden úhel pohledu. V praxi se stále více ukazuje, že kvalitní služba vzniká tam, kde se potkává více profesí, zkušeností a perspektiv – a kde spolu lidé skutečně spolupracují.

V rámci sekce ambulantních služeb APSS ČR se snažíme tato témata otvírat, sdílet zkušenosti z praxe a hledat společná řešení. Bez aktivních členů sekce a její předsedkyně by to však nebylo možné – právě jejich zkušenosti a ochota spolupracovat dávají naší práci skutečný smysl.

Další příležitostí ke sdílení bude také online setkání sekce ambulantních služeb, které se uskuteční 17. dubna. Věřím, že i tato setkání pomáhají propojovat lidi z různých služeb a regionů a posilují společný hlas ambulantního segmentu.

Jak už jsem zmínila, v následujících měsících přineseme sérii článků z prostředí ambulantních služeb. Budou se věnovat tématům, která se dotýkají každodenní praxe pracovníků i života klientů – spolupráci v týmu, komunikaci, vzdělávání pracovníků nebo podpoře klientů v jejich přirozeném prostředí.

Věřím, že právě sdílení zkušeností z praxe může být inspirací i podporou pro ty, kteří v ambulantních službách každý den pracují. Protože za každou službou, metodou nebo systémovým opatřením stojí především lidé – jejich odbornost, otevřenost a ochota hledat nové cesty.

A někdy také schopnost zvládnout ledacos, co běžný pracovní den přinese.

Protože kvalitní služba nevzniká jen z metod a předpisů – vzniká především ze spolupráce lidí.

Mgr. Irena Lintnerová

viceprezidentka APSS ČR pro ambulantní služby

EDITORIAL



Milí čtenáři Sociálních služeb,

když jsem pro dubnové číslo vybírala citát, zaujala mě téměř okamžitě slova německého hudebníka Sprengera: „Na začátku přišlo slovo. Hned po něm přišlo nedorozumění.“ Jak už to tak bývá, při komunikaci dochází k nedorozuměním,

někdy častěji, než by člověk chtěl nebo zamýšlel. O to více je důležité budovat vzájemný respekt a umět naslouchat. Co se ale stane, když se komunikace přesune do virtuálního světa, navíc pokud vezmeme v potaz používání emotikonů a různých gifů místo slov (při pohledu na whatsapp mých dětí – s jejich svolením – mi občas rozum zůstává stát ☺). Nebo pokud komunikace neprobíhá vůbec? Převahu získává dojem a „jedna paní povídala“. Upřímně, to je cesta do pekel. Proto jsem ráda, že vám v dubnovém čísle přinášíme článek o zpětné vazbě v organizaci. Každá organizace totiž stojí na lidech, a pokud se mezi sebou nedokážou domluvit a komunikovat, ať již z pohledu vedení vůči zaměstnancům, nebo mezi pracovníky navzájem, atmosféra na pracovišti houstne a dochází k nedorozuměním (zvláště v ženských kolektivech, které v sociálních službách převažují). A co dalšího vás čeká v dubnovém čísle? Mnoho zajímavých témat, dobré praxe i rozhovorů. Bezpečnostního specialisty Lumíra Němce jsme se ptali, jak mohou zařízení zvýšit bezpečnost klientů i zaměstnanců a proč je důležitá připravenost personálu. Jedná se o tzv. měkké cíle, které už bohužel nelze z hlediska bezpečnosti přehlížet. Ve speciální příloze se můžete inspirovat příklady dobré praxe od sociální práce s rodinou přes využívání virtuální reality při práci seniory po propojování generace seniorů a dětí. Společně se také ještě ohlédneme za Národní cenou sociálních služeb – Pečovatel/ka roku. Věřím, že máte z čeho vybírat.

Děkuji vám za vaši přízeň a přeji za celou redakci pěkné jaro.

Ing. Petra Cibulková,
šéfredaktorka

Stalo se...

- Ministr práce a sociálních věcí Aleš Juchelka navrhl zvýšení celkové částky rodičovského příspěvku. Nově by měl činit 400 000 korun. U dvojčat nebo vícčet by se částka zvýšila na 800 000 korun. Navýšení se bude týkat dětí narozených po 1. lednu 2027. Návrh zamířil do mezíresortního připomínkového řízení.
- Ministr práce a sociálních věcí Aleš Juchelka ocenil 17. března nejlepší sociální pracovníky cenou Gratias 2026. Cenu převzalo šest vítězů z celkového počtu 280 nominovaných sociálních pracovníků, a to v pěti různých kategoriích. Ministr navíc udělil i jedno zvláštní ocenění za významný přínos v sociální práci.
- Prezident republiky Petr Pavel 20. března podepsal zákon o státním rozpočtu na rok 2026, přepracovaný novou vládou a schválený Poslaneckou sněmovnou Parlamentu ČR. Česko tak již nadále není v rozpočtovém provizoriu.
- Ministerstvo práce a sociálních věcí a Ministerstvo zdravotnictví vydaly aktualizované stanovisko k zařazování některých nelékařských zdravotnických pracovníků do 13. platové třídy na základě novely katalogu prací ve veřejných službách a správě s účinností od 1. ledna 2026. APSS ČR k tomuto stanovisku zveřejnila komentář.
- Česká správa sociálního zabezpečení (ČSSZ) spustila dne 25. března na ePortálu ČSSZ novou online službu Moje konto. Služba je určena pojištěncům k ověření evidovaných dob pojištění a k řešení případných nesrovnalostí elektronickou formou, bez nutnosti osobní návštěvy pracoviště ČSSZ.
- Ministerstvo práce a sociálních věcí předložilo do mezíresortního připomínkového řízení návrh vyhlášky, která reaguje na novelu zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, provedenou zákonem č. 38/2025 Sb. Tento zákon doplňuje do zákona o sociálních službách novou volitelnou základní činnost pomoc při zvládání běžných úkonů péče o zdraví, určenou pro dva druhy sociálních služeb – pečovatelskou službu a osobní asistenci. Nová právní úprava vymezuje dva úkony, které mohou poskytovatelé v rámci této činnosti zajišťovat:
 - pomoc při užití humánního léčivého přípravku;
 - pomoc při orientačním neinvazivním měření fyziologické funkce.
 Oba úkony představují praktickou uživatelskou asistenci, nikoli zdravotní služby.
- Od 1. dubna zpřístupnila Česká správa sociálního zabezpečení ve spolupráci s Ministerstvem práce a sociálních věcí na ePortálu ČSSZ nové služby pro podání jednotného měsíčního hlášení zaměstnavatele.

APSS ČR vás zve na akce:



Sestry v akci

14. května

Centrum
Univerzita Tábor,
Tábor



Sociální služby nejen v Evropě

21.–22. května

Hotel GALANT,
Mikulov



Dvoudenní seminář

pro terénní služby

11.–12. června

hotel Tři Věžičky, Střítež u Jihlavy

Aktuální informace naleznete na www.apsscr.cz, menu „Konference“
a na www.facebook.com/Socialnisluzby.

Členové APSS ČR k 31. 3. 2026: 1 382 organizací, 3 052 registrovaných služeb a 740 členů profesních svazů



Nabídka kurzů Institutu vzdělávání APSS ČR

Připravili jsme pro vás zajímavá témata otevřených kurzů.

Přehled pro období duben/ květen naleznete v tabulce níže a kompletní souhrn na našich webových stránkách www.institutvzdelavani.cz, záložka Otevřené kurzy.

Máte zájem o vzdělávání přímo do vaší organizace? Objednávejte kurzy na míru prostřednictvím záložky Kurzy na klíč.

Nezapomeňte pravidelně sledovat www.institutvzdelavani.cz, aby vám neunikly nové termíny a novinky z oblasti vzdělávání.

Kontakt: Marcela Křemenová, DiS., e-mail: institut@apsscr.cz, tel.: 724 940 126

Aktuální přehled nejbližších otevřených kurzů:

OLOMOUC, Sociální služby pro seniory, Zikova 618/14, 779 OO Olomouc

- | | |
|-------------|--|
| 30. 4. 2026 | Základy etiky pro pracovníky v pomáhajících profesích |
| 29. 5. 2026 | Motivace versus manipulace klientů v sociálních službách |

TÁBOR, Centrum Univerzita Tábor, Vančurova 2904, 390 01 Tábor

- | | |
|-------------|---|
| 21. 4. 2026 | Umělá inteligence v sociálních službách |
| 27. 4. 2026 | Podpora soběstačnosti aneb Jak pomoci, ale nepřepečovat |
| 11. 5. 2026 | První pomoc v sociálních službách |
| 12. 5. 2026 | Paliativní péče v souvislostech – úvod do problematiky |
| 15. 5. 2026 | Co nejdéle doma aneb Jak podpořit domácí péči |
| 18. 5. 2026 | Aktivizační činnosti klientů s Alzheimerovou chorobou |
| 21. 5. 2026 | Zdravá chůze aneb Jak chránit svůj pohybový aparát |
| 25. 5. 2026 | Lidská práva v sociálních službách |
| 28. 5. 2026 | Život s postižením v obrazech |

BRNO, TC Academy, Křenová 71, 602 OO Brno-střed

- | | |
|-------------|---|
| 27. 4. 2026 | Jak lépe komunikovat v pomáhajících profesích |
| 13. 5. 2026 | Prevence a šetrná sebeobrana pro personál sociálních služeb |

OSTRAVA, Domov pro seniory Kamenec, Slezská Ostrava, Bohumínská 1056/71, 710 00 Ostrava-Slezská Ostrava

13. 5. 2026 Virtuální realita – komunikace v náročných situacích
15. 5. 2026 Jak zvládat emoce
25. 5. 2026 Úvod do vzpomínkových aktivit aneb Kufr plný vzpomínek

PRAHA, UZS, Na Pankráci 26, 140 00 Praha 4 – Nusle

21. 4. 2026 Ekonomika odbornosti 913 v praxi
22. 4. 2026 Etická komunikace s lidmi s mentálním postižením
28. 4. 2026 Kvalita života, důstojnost a autonomie ve stáří – cesta od teorie k praxi
4. 5. 2026 Opatrovnictví a svěprávnost v sociálních službách
5. 5. 2026 Komunikace v obtížných situacích
11. 5. 2026 Neziskové organizace v souvislostech
12. 5. 2026 Kvalita je víc než jen papíry!
15. 5. 2026 Přestaňte na mě křičet...! aneb Laskavý a pozitivní přístup ke klientovi
19. 5. 2026 Zvládání problémových situací zejména v pečovatelských službách
20. 5. 2026 Úvod do problematiky psychických poruch a problémů pro pracovníky sociálních služeb
21. 5. 2026 Základy KBT v práci s klienty s úzkostnými, fobickými a depresivními problémy
26. 5. 2026 Nácvik komunikace s klienty vyžadujícími specifický přístup

ONLINE KURZY

22. 4. 2026 Když se otevřou dveře do ticha – cesta k důstojnému rozloučení
23. 4. 2026 Jak zvýšit sebevědomí svoje, svých kolegů a klientů
24. 4. 2026 Standardy kvality sociálních služeb
27. 4. 2026 Zahradka jako nástroj k aktivizaci uživatelů sociálních služeb
28. 4. 2026 Individuální plánování s uživateli s demencí
29. 4. 2026 Přístup zaměřený na člověka – úvod do problematiky
30. 4. 2026 Podpora paměti a mentálních dovedností
4. 5. 2026 Smysluplná aktivizace v praxi
4. 5. 2026 Hygienická pravidla, prevence infekčních onemocnění a postupy v zařízení sociálních služeb
4. 5. 2026 Zdravotnické minimum pro prac. terénních a ambulantních služeb – znalost, zkušenost, intuice
5. 5. 2026 Jak zvládat emoce
5. 5. 2026 Umělá inteligence úvodem
11. 5. 2026 Základy práce s klientem s agresivním chováním
13. 5. 2026 Aktivizace seniorů s využitím prvků biografie klienta
14. 5. 2026 Základy KBT v práci s klienty s úzkostnými, fobickými a depresivními problémy
14. 5. 2026 Manipulativní jednání a jak se mu bránit
15. 5. 2026 Výživa a stravování v sociálních službách
19. 5. 2026 Provázanost zdravotní dokumentace v návaznosti na indikaci lékaře a realizaci péče
19. 5. 2026 Paliativní přístup a péče u osob s demencí v zařízeních sociálních služeb
22. 5. 2026 Kvalita života, důstojnost a autonomie ve stáří – cesta od teorie k praxi
25. 5. 2026 Aktivizační činnosti klientů s Alzheimerovou chorobou
28. 5. 2026 Optimální nastavení zdravotní péče v pobytové sociální službě



Kvalifikační kurz pro pracovníky v sociálních službách

Kombinované studium
v Praze/Táboře a online
Nový běh od června 2026
Informace na webu IVA,
záložka Kvalifikační kurz



Evropský manažer v sociálních službách – BASIC

Nový běh od listopadu 2026
Informace na webu IVA,
záložka Evropský manažer / MBA



Manažer v sociálních službách – MBA

Nový běh od ledna 2027
Informace na webu IVA,
záložka Evropský manažer / MBA

Moderní péče o kůži a rány v sociálních službách

Ochrana, hojení i každodenní komfort

Kůže seniorů a imobilních klientů je v sociálních službách vystavena zvýšené zátěži – vlhkosti, inkontinenci, tření i omezenému pohybu. Péče proto nespočívá jen v prevenci, ale v dlouhodobé ochraně zdravé kůže a šetrném ošetření kůže již poškozené či poraněné.

Od **1. 4. 2026** rozšiřujeme naše portfolio o nová řešení v oblasti péče o rány i péče o inkontinentní pacienty, určená pro dlouhodobou a sociální péči.

Ochrana zdravé i poškozené kůže:

MedProtect

Řada **MedProtect** poskytuje spolehlivou ochranu pokožky vystavené vlhkosti, moči, stolici a exsudátu. Vytváří **tenkou, prodyšnou bariéru**, která chrání zdravou kůži a zároveň podporuje regeneraci kůže již podrážděné.

MedProtect Barrier Cream – pro každodenní péči o suchou, zarudlou a namáhanou pokožku, bez omezení savosti inkontinenčních pomůcek

MedProtect Film Spray (plně hrazený, bez doplatku) – rychlá aplikace ochranného filmu ve formě spreje, a to na citlivou kůži a okolí ran

MedProtect Film Swab – cílená aplikace ochranného filmu na menší plochy pomocí pěnového aplikátoru



Správně zvolená péče chrání kůži, podporuje hojení a přináší větší komfort klientům i pečujícímu personálu.



Péče o rány tam, kde vznikají nejčastěji

RespoSorb Super v anatomických tvarech **Sacrum (kříž)** a **Heel (pata)** zajišťuje vysokou absorpci, šetrné převazy a ochranu okolní kůže u ran se zvýšenou sekrecí. Produkt je **plně hrazen zdravotní pojišťovnou, bez doplatku**, při preskripci vlhkého hojení ran.



Řešení i pro velmi malé rány

HydroClean® Mini (Ø 3 cm) umožňuje aktivní čištění malých ran, podporuje vlhké hojení a pomáhá zabránit zhoršení stavu rány. Také **plně hrazen zdravotní pojišťovnou, bez doplatku**.

Produkty Hartmann jsou zdravotnické prostředky, čtěte návod k použití.

i

Chcete se dozvědět více o produktech MedProtect?

Neváhejte kontaktovat svého obchodního zástupce **HARTMANN**, volejte linku 800 100 150 nebo navštivte webové stránky **hartmann.cz**.

HARTMANN



Hodnocení jako systém, ne formulář

Proč zpětná vazba v organizacích nefunguje

1. díl

Formální hodnoticí rozhovory, vyplněné tabulky a minimum reálné změny v praxi. Mnoho organizací sociálních služeb sice naplňuje požadavky legislativy, ale systém hodnocení u nich nefunguje jako nástroj rozvoje. Kde je problém a proč zpětná vazba často zůstává jen na papíře?

■ **Text: Mgr. Taťána Plecháčková,**
lektorka a konzultantka řízení
a rozvoje lidí v sociálních službách

V řadě organizací sociálních služeb je hodnocení zaměstnanců stále spojováno především s formálním rozhovorem jednou ročně a vyplněným formulářem, který následně končí v šuplíku. Takové pojetí však neodpovídá ani potřebám praxe, ani požadavkům legislativy. Pokud má být hodnocení skutečně funkční, je nutné jej chápat jako ucelený systém řízení výkonu, rozvoje a komunikace, nikoliv jako izolovaný administrativní akt. Tento přístup je v souladu se zákonem o sociálních službách č. 108/2006 Sb. i Standardy kvality sociálních služeb, zejména se standardem č. 10 – Profesní rozvoj zaměstnanců, který předpokládá systematickou práci s lidmi, jejich kompetencemi a podporou.

Z pohledu řízení lidských zdrojů nelze hodnocení oddělit od dalších procesů. Funkční hodnoticí systém zahrnuje nastavování cílů, průběžnou zpětnou vazbu, hodnoticí rozhovory, plán vzdělávání i systém odměňování. Hodnocení zde není cílem samo o sobě, ale nástrojem, který umožňuje sledovat naplňování individuálních i organizačních cílů, identifikovat rozvojové potřeby a současně posilovat stabilitu týmu. Bez pravidelné zpětné vazby přitom nemůže být žádný hodnoticí systém funkční. Stejně tak nelze rozvíjet kompetence, pokud je systematicky nezjišťujeme a nepojmenováváme.

V organizacích často existuje formální hodnocení, typicky jednou ročně nebo jednou za půl roku. Vedle něj však musí fungovat i rovina neformální, tedy každodenní zpětná vazba v rámci běžné práce. Právě zde se ukazuje slabé místo mnoha týmů. Zaměstnanci i vedoucí pracovníci často vá-



hají zpětnou vazbu dávat odkládají ji nebo ji poskytují až ve chvíli, kdy problém eskaluje. Zkušenosti z praxe ukazují, že bariéry jsou opakující se. Lidé mají obavu, že se jejich otevřenost obrátí proti nim, nevěří, že se něco skutečně změní, narážejí na osobní sympatie či antipatie nebo vnímají hodnoticí rozhovor jako situaci, kdy „jdou na kobereček“. Paradoxně i pozitivní zpětná vazba bývá problematická – lidé ji neumí přijímat nebo ji považují za nepatřičnou.

Výzkumy agentury Ipsos potvrzují, že samotná spokojenost nestačí a klíčová je angažovanost zaměstnanců, tedy jejich ochota aktivně se zapojit a zůstat organizaci loajální. Na významu zároveň nabývají nefinanční faktory, jako je uznání práce, zpětná vazba, smysluplnost práce či kvalita vztahů na pracovišti, které jsou dnes označovány jako tzv. „emoční mzda“.

Mezi hlavní důvody odchodu zaměstnanců nepatří pouze výše mzdy, ale také nespokojenost s vedením, nedostatek uznání a kvalita pracovních vztahů na pracovišti. (Ipsos; Gallup) S těmito faktory

souvisí i jevy jako tzv. boreout, tedy ztráta motivace v důsledku nedostatku podnětů, smyslu a uznání.

Specifikem mnoha organizací je také generační zkušenost zaměstnanců. Starší generace nebyly vychovávány v prostředí otevřené, oboustranné zpětné vazby, ale spíše v důrazu na disciplínu, výkon a poukazování na chyby. Otevřený dialog proto není samozřejmostí a musí být vědomě budován jako součást organizační kultury. Ta přitom úzce souvisí s nastavením managementu. Právě způsob, jakým vedení organizace pracuje s komunikací, bezpečím a důvěrou, zásadně ovlivňuje, zda zpětná vazba bude vnímána jako nástroj rozvoje, nebo naopak jako zdroj napětí a frustrace.

Standard č. 10 předpokládá existenci systému hodnocení pracovníků a jeho provázání se vzděláváním a odměňováním. V praxi je však úroveň naplnění tohoto požadavku velmi rozdílná. Příspěvkové organizace často operují v pevnějším mzdovém rámci, kde je prostor pro diferenciaci omezený. U nestátních neziskových organizací bývá flexibilita vyšší, ale systémovost často nižší. V obou případech se opakovaně ukazuje, že samotná existence hodnocení ještě neznamená jeho funkčnost.

V mnoha organizacích chybí provázaný hodnoticí a odměňovací systém, který by vycházel z mapování potřeb zaměstnanců, navazoval na plán vzdělávání a současně reflektoval požadavky standardu č. 15 zaměřeného na zvyšování kvality služby. Hodnocení tak zůstává izolovanou aktivitou bez reálného dopadu. Problematická je také oblast odměňování nad rámec základní mzdy. V řadě organizací není podložena objektivním vyhodnocením výkonu nebo dosažených výsledků, ale má spíše plošný charakter. Takový přístup může na první pohled působit spravedlivě, ve skutečnosti však vede k opačnému efektu. Zaměstnanci velmi citlivě vnímají nesoulad mezi vlastním výkonem a odměnou. Pokud není jasné, za co jsou odměňováni, vzniká pocit nespravedlnosti, snižuje se motivace a objevuje se nevráživost mezi členy týmu.

Hodnocení bez skutečné zpětné vazby a bez vazby na rozvoj a odměňování tak zůstává formální povinností, která nepřináší očekávaný efekt. Jak tedy nastavit systém hodnocení, tak, aby byl skutečně funkční a podporoval kvalitu služeb?

Mgr. Taťána Plecháčková

Lektorka, mentorka a průvodce strategickým plánováním a zaváděním změn v sociálních službách a sociálních podnicích. Je sociální pracovnící, akreditovanou koučkou, externí pedagožkou na FHS UK, kde sdílí zkušenosti z ředitelské pozice v rámci předmětu profesionální a udržitelná NNO.

Více na www.plechackova.cz.

Získejte více času na péči. Digitalizujte!



CYGNUS je už více než 20 let **Vaším spolehlivým partnerem pro digitalizaci sociálních služeb**. Umožňuje Vám vést Vaši **každodenní agendu v elektronické podobě** a díky tomu Vám **pomáhá šetřit čas** na péči o Vaše klienty i vedení Vaší organizace. Jaké praktické nástroje Vám už dnes v CYGNUSu usnadňují práci?

→ **AI Asistent**

Používejte nejmodernější technologie přímo v CYGNUSu. Využijte potenciál umělé inteligence, získejte rychle potřebné informace a usnadněte si každodenní činnosti.

→ **Vylepšený modul Řízení organizace**

Řiďte dokumenty ve Vaší organizaci, předávejte si důležité informace a pracujte s částmi zaměstnanecké agendy kdykoli a kdekoli prostřednictvím webové aplikace Mobilní CYGNUS.

→ **Přepracované plány péče**

Přizpůsobte si plány péče a nastavte jejich podobu individuálně dle potřeb Vaší organizace. Získejte větší flexibilitu a vytvářejte komplexní plánovací modely, které reflektují Vaši metodiku.

→ **Předání služby**

Zbavte se zbytečného papírování a předávejte si důležité informace elektronickou cestou. Díky Mobilnímu CYGNUSu je máte k dispozici, i když nejste u počítače.

→ **Nová partnerská řešení**

S CYGNUSEm můžete propojit již více než 20 technologických řešení, se kterými možná již dnes pracujete ve Vašem zařízení. Sdílejte data, eliminujte riziko chyb a šetřete čas.

Za CYGNUSEm stojí:



www.iresoft.cz

Digitalizujte!

Využijte naplno potenciál CYGNUSu a digitalizujte s jeho pomocí každodenní agendu ve Vašem zařízení. Všechny aktuální novinky, které Vám usnadňují práci, vždy najdete na webu www.vylepsujemecygnus.cz.



stojíme při Váš

Komunikaci v náročných situacích se lze naučit – i díky virtuální realitě a AI

Jak se ve vypjatých chvílích nenechat unést emocemi? Kdy je lepší si dát na čas, než zareagujeme na vyhocenou situaci, a co dělat, když na nás křičí rozzuřený příbuzný klienta? Tohle všechno jsme se dozvěděli na kurzu Virtuální realita – Komunikace v náročných situacích, který pořádá Institut vzdělávání APSS ČR.

■ **Text: Mgr. Ivana Vlnová,**
zástupkyně šéfredaktorky časopisu
Sociální služby

Kurzem, během něhož jsme si mimo jiné vyzkoušeli krizovou komunikaci s klientem s demencí díky propojení AI a virtuální reality, nás provedla lektorka Lucie Čmuhová.

Začátek lekce patřil teoretickému rámci – věnovali jsme se tomu, jak pracovat s emocemi a jak důležitý je při zvládání vypjatých situací dech i tempo řeči. Lektorka zmínila poznatky z neurobiologie a vysvětlila nám, jak se naše uvažování mění během krizových situací. Nechyběly konkrétní rady pro praxi v sociálních službách.

„Když si přijde stěžovat příbuzný klienta, je lepší stížnost řešit v soukromí kanceláře než na chodbě plné ostatních klientů. Tím, že člověka, který chce vyvolat spor, vedeme do kanceláře, získáme čas se na konflikt připravit,“ vysvětlila Lucie Čmuhová, která zároveň pracuje jako mediátorka.

Zaujala mě také informace, že agrese u klientů může často vyvolat i pouhá fyzická blízkost pracovníka, protože dochází k narušení osobního prostoru uživatele.

» Čas nasadit si brýle s virtuální realitou

V další části kurzu jsme se díky brýlím s virtuální realitou ocitli na chodbě zařízení sociálních služeb, kde si dcera klientky trpící demencí stěžovala, že její maminka přestává chodit a že se jí v domově málo věnují. Konfliktu čelila pracovnice sociálních služeb. První video ukázalo, jak může vypadat nezvládnutá komunikace, která navíc eskaluje před ostatními klienty.

Když jsem se do situace ponořila ve virtuální realitě, překvapilo mě, jak rychle



člověk zapomene, že jde „jen“ o simulaci. Zvýšený hlas, rozzlobená dcera klientky připravená vybit si vztek i pohledy okolí působily velmi reálně.

Druhé video nám odhalilo, jak by ta samá situace mohla vypadat za použití technik zvládání konfliktu. Pečovatelka tentokrát dceru klientky odvedla do soukromí, použila techniku zrcadlení emocí, dala najevo, že chápe obavy, které dcera o svou matku má, a také zpomalila tempo komunikace. Nechybělo ani závěrečné odkázání na odbornou autoritu – lékaře či fyzioterapeuta, kteří sdělí další informace. To vše citlivě, s respektem a pochopením, ačkoliv situace byla na začátku stejně vyhocená jako v prvním videu.

» Rozhovor s klientem trpícím demencí

V poslední části kurzu jsme se ve virtuálním prostoru setkali s panem Karáskem, klientem domova pro seniory trpícím demencí, který nemohl najít své hodinky, na nichž mu velmi záleželo. Nejdříve jsme



s ním komunikovali podle svého uvážení. Až když jsem uznala jeho emoce a dala mu prostor, situace se začala uklidňovat. Některé z účastníků pan Karásek v rozčilení dokonce vykázal ze svého virtuálního pokoje. Potom jsme dostali rady týkající se komunikace v této specifické situaci a znovu si zkusili s panem Karáskem promluvit. Zaujalo mě, jak málo někdy stačí k tomu, aby se podařilo náročnou situaci neeskalovat a dojít k dohodě. A v tomto duchu se neslo celé školení.

» Konflikt a jeho pozitiva

Konflikt není příjemný a jen málokdo ho vyhledává, ale při dodržení určitých zásad se ve většině případů dá zvládnout. A i když jsem k tomu byla zpočátku skeptická, může nám nakonec i něco přínést. „Konflikt může pomoci vyčistit vzduch. Jako byste si očistili těžké bahno z bot,“ uzavřela lektorka.

» Závěrem

Z kurzu jsem si odnesla jednoduché, ale podstatné zjištění: i když někdy při náročné komunikaci neznáme správnou odpověď, klíčové je dokázat v pravou chvíli zpomalit tempo řeči, vnímat emoce druhého a nenechat se strhnout těmi vlastními. Právě to totiž často rozhoduje o tom, jestli konflikt vyhrotíme, nebo naopak zvládneme.

Více o kurzu najdete na:
www.institutvzdelavani.cz/virtualni-realita-komunikace.

„Připravenost zaměstnanců na bezpečnostní rizika může zachránit život,“ říká bezpečnostní specialista Lumír Němec

Útoky na veřejných místech dnes patří mezi témata, která už nelze přehlížet. Ani zařízení sociálních služeb nejsou zcela mimo riziko násilných útoků a jsou považovány za tzv. měkké cíle. O tom, jak mohou zařízení zvýšit bezpečnost klientů i zaměstnanců a proč je důležitá připravenost personálu, jsme hovořili s bezpečnostním specialistou Lumírem Němcem, ředitelem společnosti GBH Defence, která nabízí školení zaměřené na celkovou bezpečnost instituce v sociálních službách.

■ **Text: Ing. Petra Cibulková,**
šéfredaktorka

V posledních týdnech se v médiích objevují případy násilných činů (např. ubodání taxikářky ze Šumperka) a v paměti máme i útok na filozofické fakultě v Praze. Myslíte si, že v sociálních službách obecně hrozí takového útoku se zbrání? Nebo jsou některé typy sociálních služeb k takovýmto činům náchylnější?

Obecně se dá říci, že agresivita ve společnosti se zvedá a různých druhů násilných útoků přibývá. Nemusí jít přímo o útok aktivního střelce nebo teroristický útok, ale může se jednat o projev agrese, která se vzhledem k okolnostem zvrhne v mno-

hem závažnější násilný čin. Je to fenomén, který je bohužel realitou, a my s tím musíme pracovat. Dlouhou dobu žila česká společnost v bublině, že násilí se děje jinde ve světě a nás se to netýká. To vše se změnilo po útoku na FF UK, kdy si i ti největší odpůrci bezpečnostních opatření uvědomili, že i u nás se něco takového může stát. To riziko se nevyhýbá ani domům sociálních služeb. Sociální služby jsou typickým příkladem „měkkých cílů“ – tedy míst, která jsou otevřená veřejnosti, kde se pohybuje velké množství lidí a kde bezpečnostní opatření obvykle nejsou tak přísná jako například na letišti nebo ve státních institucích. To samo o sobě neznamená, že je riziko vysoké, ale znamená to, že je potřeba o něm realisticky přemýšlet. Kdybych vám před několika měsíci řekl, že někdo „vystří-

lí“ obecní úřad, tak by vám to připadalo velmi nepravděpodobné, a ono se to přesto stalo. Stejně riziko existuje i u domů sociálních služeb. Nikdy nemůžete vyloučit, že někdo, kdo není spokojený se službami, které poskytujete jeho blízkým, nebo se pohádá s vedením, se rozhodne situaci řešit radikálním způsobem. Některé oblasti sociálních služeb mohou být z hlediska rizika konfliktních situací citlivější než jiné. Týká se to především zařízení, kde pracovníci přicházejí do intenzivního kontaktu s lidmi, kteří se nacházejí ve složité nebo krizové životní situaci. Může jít například o azylové domy, služby pro osoby se závislostmi, krizová centra nebo některé formy terénní práce. V takových prostředích se často setkáváme s lidmi, kteří prožívají silný stres, nejistotu nebo frustraci. Tyto emoce mohou někdy vést k napjatým situacím nebo konfliktům, které se mohou projevit i agresivním chováním. Právě proto je důležité, aby pracovníci těchto služeb měli základní povědomí o bezpečnostních rizicích a věděli, jak v podobných situacích postupovat.

S násilím obecně se v sociálních službách setkáváme – ze strany klientů,



zaměstnanců i rodinných příslušníků, a to jak fyzickým, tak ekonomickým či psychickým. Nicméně jsou známe nějaké případy, ať již v ČR, nebo ve světě, kdy měl útočník v sociálních službách zbraň?

Ano, i když jsou tyto události relativně vzácné, případy útoků se zbraní v prostředí sociálních nebo pečovatelských služeb se ve světě skutečně objevily. Nejčastěji k nim dochází v zařízeních dlouhodobé péče – například v domovech pro seniory nebo zařízeních pro osoby se zdravotním postižením. Například v roce 2009 došlo ve Spojených státech k útoku v pečovatelském domě v Carthage v Severní Karolině, kde ozbrojený útočník zastřelil několik klientů zařízení. Velmi známý je také útok v roce 2016 v japonském městě Sagami-hara, kde bývalý zaměstnanec zařízení pro osoby s postižením vnikl do budovy a napadl klienty nožem. Tento incident patří mezi nejtragičtější útoky na sociální zařízení v moderní historii. Podobný případ se odehrál také v Evropě – například v Chorvatsku v roce 2024, kdy ozbrojený útočník napadl domov pro seniory a střelbou usmrtil několik osob. Tento incident opět ukázal, že i zařízení sociálních služeb mohou být zranitelná, zejména proto, že jsou z principu otevřená a zaměřená na pomoc lidem. Tyto případy ukazují, že prostředí sociálních služeb není vůči podobným incidentům zcela imunní.

Zajištění bezpečnosti budovy proti aktivnímu střelci v případě nákupního centra se bude zřejmě lišit od domova pro seniory. Na co by se mělo vedení domovů nejvíce soustředit, když se bavíme o bezpečnosti?

V prostředí domovů pro seniory nebo jiných sociálních zařízení je potřeba přistupovat k bezpečnosti trochu jinak než například v nákupních centrech. Klienti těchto zařízení mají často omezenou mobilitu nebo zdravotní omezení, takže klasické postupy založené pouze na rychlé evakuaci nejsou vždy reálně proveditelné. Z tohoto pohledu by se vedení zařízení mělo soustředit především na tři klíčové oblasti. První je připravenost personálu. Pokud by došlo k mimořádné situaci, zaměstnanci jsou ti, kdo budou v prvních minutách na místě a budou muset jednat samostatně, ještě před příjezdem policie nebo záchranných složek. Personál proto musí vědět, jak situaci rozpoznat, jak rychle reagovat, jak ochránit klienty a jak mezi sebou komunikovat. Druhou oblastí je systém včasného varování. Zaměstnanci musí mít možnost rychle informovat ostatní kolegy v budově o tom, že se děje něco mimořádného. Může jít například o jednoduchý interní varovný systém, tlačítka tísňového volání nebo jiný

způsob rychlé komunikace, který umožní personálu okamžitě reagovat. Třetí oblastí je fyzické zabezpečení objektu. Nejde o to proměnit sociální zařízení v pevnost, ale vytvořit takové podmínky, aby bylo možné v případě nebezpečí rychle oddělit jednotlivé části budovy a vytvořit takzvané bezpečnostní kapsy – tedy prostory, kde může personál klienty ukrýt a získat čas do příjezdu policie. Celkově tedy nejde jen o technická opatření, ale především o kombinaci připraveného personálu, funkční komunikace a rozumně nastavené bezpečnosti budovy, která umožní v krizové situaci chránit klienty i zaměstnance.

Jak by měl člověk reagovat v průběhu útoku?

V případě útoku je nejdůležitější řídit se jednoduchým principem, který se používá ve většině bezpečnostních doporučení: uteč, ukryj se, boj. Pokud to situace dovoluje, první možností je místo nebezpečí co nejrychleji opustit. To znamená dostat sebe i klienty do bezpečné vzdálenosti od útočníka. V prostředí sociálních služeb je ale často problém v tom, že ne všichni klienti jsou schopni rychlého pohybu. Personál proto musí velmi rychle vyhodnotit, zda je evakuace reálně možná. Pokud není možné bezpečně odejít, další variantou je ukrytí. Smyslem je dostat se mimo dohled útočníka, uzamknout nebo zabarikádovat místnost, vypnout světla, ztišit mobilní telefony a zůstat v klidu. V domovech pro seniory může jít například o uzavření oddělení nebo pokojů tak, aby se útočník nemohl volně pohybovat po celé budově. Poslední možností je obrana – přímý střet s útočníkem, a to pouze v případě, kdy už není jiná cesta a hrozí bezprostřední ohrožení života. V takové situaci jde především o snahu zastavit útočníka nebo mu znemožnit další útok, a to i za využití běžných předmětů, které jsou v okolí. Důležité je také co nejrychleji přivolat pomoc a po příjezdu policie přesně dodržovat jejich pokyny. Pro zaměstnance sociálních služeb je klíčové myslet nejen na vlastní bezpečnost, ale i na ochranu klientů, kteří často potřebují pomoc s pohybem nebo orientací. Proto je tak důležité, aby personál měl tyto postupy předem nacvičené a věděl, jak v krizové situaci jednat.

Lze vůbec útokům předcházet?

Úplně zabránit podobným útokům bohužel nikdy nedokážeme. Pokud je útočník pevně rozhodnutý útok provést, vždy existuje riziko, že se o něj pokusí. Platí to zejména v případě takzvaných osamělých útočníků, někdy označovaných jako „šedí vlci“. Tito lidé často jednájí sami, bez širšího okolí nebo organizace, útok připravují v utajení a s nikým o něm nekomunikují.

Právě proto je jejich odhalení předem velmi obtížné. Cílem bezpečnostních opatření je především riziko co nejvíce snížit a případného útočníka odradit. V praxi to znamená dát jasně najevo, že objekt není snadným cílem. Útočníci si totiž často vybírají místa, která jsou z jejich pohledu snadno dostupná a kde očekávají minimální odpor nebo reakci. K tomu slouží celá řada opatření. Může jít o fyzické zabezpečení budovy, například kontrolované vstupy, možnost uzamykání jednotlivých částí objektu, varovný systém, elektronické prvky ochrany. Neméně důležitá je ale také připravenost zaměstnanců. Personál by měl být schopen rozpoznat podezřelé chování, včas reagovat na rizikovou situaci a vědět, jak postupovat, pokud by k mimořádné události skutečně došlo. Už samotné vědomí, že zařízení má nastavené bezpečnostní postupy, může potenciálního útočníka odradit. Smyslem těchto opatření tedy není vytvořit nedobytné prostředí, ale nastavit takovou úroveň bezpečnosti, která zvyšuje ochranu klientů i zaměstnanců a zároveň dává jasný signál, že dané zařízení není snadným cílem. V mnoha případech právě tento faktor rozhoduje o tom, zda si útočník vybere jiný cíl.

Jakých chyb se oběti útoku nejčastěji dopouštějí?

Při útoku aktivního střelce lidé často jednájí pod silným stresem a v šoku. To je přirozená lidská reakce, ale právě v těchto chvílích se objevují některé typické chyby, které mohou situaci ještě zhoršit. Jednou z nejčastějších chyb je takzvané „zamrznutí“. Lidé někdy několik desítek sekund nebo i déle nedokážou reagovat, protože jejich mozek se snaží pochopit, co se vlastně děje. Místo okamžité reakce čekají, že situaci někdo vyřeší nebo že jde o omyl. Další častou chybou je podcenění situace. Někteří lidé si střelbu vysvětlují například jako hluk, peřiny nebo technický problém a zůstávají na místě déle, než je bezpečné. Tím ztrácejí cenný čas, který by mohli využít k opuštění prostoru nebo k ukrytí. Velkým problémem bývá také snaha zjistit, co se děje. Lidé někdy vycházejí z místnosti do chodby nebo se snaží podívat směrem ke zdroji střelby. Tím se ale mohou dostat přímo do prostoru, kde se útočník pohybuje. Další chybou je nedostatečné zabezpečení místnosti při ukrytí. Pokud se lidé schovají, ale nezamknou dveře, nezabarikádují vstup nebo zůstanou viditelní například přes skleněné výplně, může se jejich úkryt stát velmi zranitelným. Proto je tak důležité, aby lidé měli základní bezpečnostní školení a věděli, jak reagovat. V krizové situaci totiž rozhodují první minuty a připravenost může výrazně snížit riziko.

»»» 14



Lumír Němec

info@gbhdefence.com

Bezpečnostní ředitel GBH Defence.
Bývalý velitel speciálních jednotek
SOG a zásahové jednotky URNA,
s dlouholetými zkušenostmi
u Armády ČR a Policie ČR. Má
zkušenosti z misí v Afghánistánu,
Iráku, Kosovu či Sýrie. Profesionálně
spolupracoval např. se specialisty
SAS, Delta Force, GIS nebo také RAID.

««« 13

Přišli jste s bezpečnostním školením i pro sociální služby. Co vás k tomu nápadu vedlo?

Naše společnost se bezpečnostními školeními zaměřenými na útoky aktivního střelce zabývá už od roku 2015. Impulzem k jejich vzniku bylo tehdejší zhoršení bezpečnostní situace v Evropě a rostoucí počet útoků na měkké cíle. Při přípravě prvních kurzů jsme spolupracovali se specialisty ze Spojených států a z Izraele, kteří měli s podobným typem výcviku výrazně více zkušeností. Jednou z prvních otázek, kterou jsme při přípravě řešili, bylo, zda má vůbec smysl taková školení organizovat. Experti z obou zemí se shodovali na tom, že ano. Jejich zkušenosti ukazují, že pokud se lidé, kteří prošli základním bezpečnostním výcvikem, ocitnou v krizové situaci, tak výrazně roste pravděpodobnost, že dokážou rychle reagovat a udělat správná rozhodnutí. Tím se zvyšuje jejich šance na přežití i na ochranu ostatních lidí v okolí. Zpočátku jsme tato školení nabízelí především pro širokou veřejnost. Postupně o ně začaly mít zájem také různé firmy, instituce a později i školy. S postupným zhoršováním bezpečnostní situace a v důsledku rostoucích diskuzí o ochraně měkkých cílů jsme se rozhodli rozšířit nabídku školení také na oblast sociálních služeb, kde pracují lidé, kteří nesou velkou odpovědnost za bezpečnost svých klientů. Z našeho pohledu by základní znalosti o tom, jak se chovat v krizové situaci, měly být běžnou součástí vzdělávání – podobně jako například školení bezpečnosti práce. Čím více lidí bude vědět, jak reagovat v mimořádné situaci, tím větší je šance, že dokážou ochránit sebe i ostatní a v některých případech dokonce zabránit tomu, aby měl útok tragické následky.

Co školení konkrétně zahrnuje?

Naše školení je koncipováno tak, aby si účastníci odnášeli především praktické znalosti a jasnou představu o tom, jak se

v krizové situaci zachovat. Nejde nám o to, aby lidé odcházeli s poznámkami v sešitech, ale aby si základní principy skutečně zapamatovali a byli schopni je v případě potřeby použít.

Školení je proto rozděleno do dvou hlavních částí – teoretické a praktické.

V teoretické části účastníkům vysvětlujeme základní principy chování při útoku aktivního střelce. Hlavním rámcem je známé pravidlo uteč, ukryj se, bojuj, které se dnes používá ve většině bezpečnostních doporučení po celém světě. Nejde ale jen o samotné vysvětlení těchto tří kroků. Součástí výkladu jsou také principy zabezpečení takzvaných měkkých cílů, tedy míst, která jsou přirozeně otevřená veřejnosti, jako jsou školy, nemocnice nebo právě zařízení sociálních služeb. Účastníci se tak učí přemýšlet o bezpečnosti v širších souvislostech a uvědomují si, že každý zaměstnanec je součástí celého bezpečnostního systému a že spolupráce a koordinace mezi lidmi může v krizové situaci výrazně zvýšit šanci na přežití.

Druhá část školení je praktická a z našeho pohledu je velmi důležitá. Právě zde si účastníci mohou nově získané informace vyzkoušet v reálných situacích. Učí se například, jak správně uzamknout a zabarikádovat dveře, jak vybrat vhodné místo pro ukrytí, aby nebyli v přímém dosahu útočníka, nebo jak organizovat pohyb lidí v budově během krizové situace. Součástí praktického výcviku jsou také postupy, jak reagovat v případě přímého kontaktu s útočníkem. Účastníci si mohou vyzkoušet, jak se bránit, jak využít moment pře-

kvapení a jak v krajní situaci společně útočníka překonat. Cílem není vytvářet z lidí bojovníky, ale ukázat jim, že i v situaci, kdy už není jiná možnost, existují postupy, které mohou výrazně zvýšit jejich šanci přežít. Aby byl výcvik co nejrealističtější, používáme při praktických scénářích cvičné zbraně, které simulují hluk, záblesk i zápach střelby. Účastníci tak zažijí prostředí, které se více podobá reálné krizové situaci. Tento prvek je důležitý zejména proto, že lidé si mohou vyzkoušet reakci na stres a naučit se v takové situaci jednat. Cílem celého školení je dát lidem nejen informace, ale také zkušenost a sebevědomí, že pokud by se někdy ocitli v podobné situaci, nejsou úplně bezmocní a dokážou udělat kroky, které mohou zachránit život jim i ostatním.

Mají o školení domovy pro seniory zájem vzhledem k tomu, že útoky v sociálních službách nebývají v České republice tak časté?

Musím přiznat, že jsem byl zájmem ze strany domovů pro seniory a dalších zařízení sociálních služeb překvapen. Přestože se útoky tohoto typu v České republice v prostředí sociálních služeb objevují jen velmi zřídka, vedení těchto zařízení si stále více uvědomuje, že bezpečnost je téma, které je potřeba řešit preventivně, a ne až ve chvíli, kdy se něco stane.

Jedním z důvodů zájmu je také to, že naše školení není zaměřeno pouze na samotný útok aktivního střelce. Problematickou bezpečnosti pojmáme mnohem širěji. Věnujeme se ochraně měkkých cílů obecně, tedy míst, kde se pohybuje větší množství lidí a kde je z principu obtížné zavádět přísná bezpečnostní opatření. Účastníci se tak seznamují nejen s reakcí na extrémní situaci, ale také s principy prevence, rozpoznávání rizikového chování nebo s tím, jak nastavit základní bezpečnostní pravidla v budově. Pro pracovníky sociálních služeb je přínosné i to, že řada principů, které na školení probíráme, má přesah do jejich každodenní práce. Týká se to například situací, kdy se personál setkává s agresivním chováním nebo s problémovými návštěvami. Školení tak pomáhá zaměstnancům lépe se orientovat v různých krizových situacích a reagovat na ně s větší jistotou.

Velký význam má také skutečnost, že mnoho poznatků ze školení je využitelných i v běžném životě. Účastníci často říkají, že po absolvování kurzu začnou jinak vnímat své okolí, více si všimají prostředí, ve kterém se pohybují, a lépe přemýšlejí o bezpečnosti nejen na pracovišti, ale i doma nebo na veřejných místech. Právě tento širší přístup k bezpečnosti je jedním z důvodů, proč mají o školení zájem nejen firmy, školy nebo instituce, ale také zařízení sociálních služeb. Vedení těchto zařízení si uvědomuje,

že jejich zaměstnanci nesou velkou odpovědnost za bezpečí klientů, a proto chtějí, aby byli na mimořádné situace co nejlépe připraveni.

Myslíte si, že je v České republice držení zbraně dostatečně regulováno? Nebo je zde ještě prostor k legislativním změnám?

Toto je otázka, se kterou se na našich školeních setkáváme poměrně často, zejména po událostech, jako byla například střelba na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy. V takových chvílích je přirozené, že se veřejnost ptá, zda je systém držení zbraní v České republice nastaven správně a zda by nebylo potřeba zákony zpřísnit. Pokud se ale podíváme na oficiální statistiky Ministerstva vnitra ČR, ukazuje se, že převážná většina trestných činů spáchaných střelnou zbraní je provedena zbraněmi drženy nelegálně. Podíl trestných činů, kde byla použita legálně držená zbraň, je v těchto statistikách dlouhodobě velmi nízký a pohybuje se spíše v jednotkách případů ročně. Česká republika má navíc jeden z poměrně propracovaných systémů regulace držení zbraní v Evropě. Získání zbrojního průkazu není jednoduchý proces. Žadatel musí splnit několik podmínek – například

být bezúhonný, spolehlivý, zdravotně způsobilý, musí složit odbornou zkoušku ze znalosti zákona i bezpečné manipulace se zbraní a také pravidelně prochází kontrolami ze strany státu. Zbraně jsou zároveň evidovány v centrálním registru. Pokud vezmeme v úvahu, že v České republice je přibližně 400 tisíc legálních držitelů střelných zbraní a že trestné činy spáchané legálně drženou zbraní se pohybují jen v jednotkách případů ročně, ukazuje to, že většina legálních držitelů se chová velmi zodpovědně a zákonně. Z mého pohledu tedy česká legislativa v této oblasti funguje poměrně dobře. Samozřejmě žádný systém není stoprocentní a vždy se může stát, že jednotlivec zákon zneužije nebo spáchá trestný čin. To ale není primárně selhání zákona jako takového, ale selhání konkrétního člověka. Pokud bychom po každém takovém tragickém případě zásadně měnili legislativu, mohli bychom podobnou logiku aplikovat i v jiných oblastech. Například u dopravních nehod by to znamenalo odebrat řidičské průkazy všem řidičům pokaždé, když někdo způsobí vážnou nehodu. Přestože jsou tyto události tragické, většinou jde o selhání jednotlivce, nikoli o důkaz, že celý systém je špatně nastavený.

Asociace
poskytovatelů sociálních služeb ČR
vás zve na přednášku
Lumíra Němce
na konferenci

Sestry v akci



Kdy: **14. 5. 2026**
Kde: Centrum Univerzita
Tábor, Tábor



PROFESNÍ SVAZ
ZDRAVOTNICKÝCH PRACOVNÍKŮ
V SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH

interpharmac
člen holdingu

INZERCE



Záruka profesionality

TELESKOPICKÉ ZÁSTĚNY A NEHOŘLAVÉ ZÁVĚSY



- speciální antibakteriální materiál **Trevira Bioactive CZ**
- závěs můžete prát a prodloužit tím jeho životnost
- hliníkové teleskopické rameno sklopné nebo otočné



Závěsy
v mnoha
barvách



KVL Group s.r.o., Kpt. Jaroše 110,
339 01 Klatovy, Czech Republic



www.kvl-eshop.cz
www.kvlgroup.cz



obchod@kvlgroup.cz
+420 728 236 519

ZLATÝ STANDARD ARIELU

PRO ODSTRAŇOVÁNÍ SKVRN A DEZINFEKCI



Ničí 99,99 %
obalených i neobalených
virů a bakterií*

(MRSA, E-Coli, Staphylococcus Aureus,
Vaccinia a jiné)

Objevte nejlepší produkt od Ariel Professional a jeho prvotřídní technologie pro odstraňování skvrn. Odstraňují i ty nejodolnější skvrny jedním praním (např. čaj, káva, krev, prach, kožní maz, mastné skvrny od jídla, make-up) díky kombinaci povrchově aktivních látek, enzymů a polymerů.

Ariel Formula Pro Plus navíc dezinfikuje tím, že ničí 99,99 % obalených i neobalených virů a bakterií*.

Kromě toho odstraňuje zápach a zanechává látky se svěží vůní Arielu. Je vhodný pro bílé i barevné prádlo a obsahuje optimalizované složení, které udrží tkaniny bílé a zářivě barevné. S Ariel Formula Pro Plus získáte nejen čisté a vydezinfikované prádlo, ale i dlouhotrvající svěžest a ochranu vašich tkanin.



*V souladu s evropskými normami EN16616, EN1276, EN1650 a EN14476+A2. Před použitím si vždy přečtěte údaje na obalu a informace o přípravku.

**Professional
support™**

Oficiální partner P&G Professional pro ČR/SR
info@profsupport.cz | +420 774 728 358

www.profsupport.cz

Multidisciplinarita v ambulantních sociálních službách: fráze, nebo realita?

V sociálních službách patří slovo multidisciplinarita k těm nejčastěji používaným. Objevuje se v projektech, metodikách i koncepčních dokumentech. Zní dobře, odborně a moderně. Otázkou ale zůstává, zda se za tímto pojmem skutečně skrývá každodenní spolupráce různých profesí – nebo zda jde někdy spíše o ideál, ke kterému máme zatím daleko.

■ **Text: Mgr. Irena Lintnerová,**
ředitelka Centra barevná MOZAIKA
sociálních a aktivizačních služeb, z. ú.

Ambulantní sociální služby jsou prostředím, kde se potřeba spolupráce odborníků ukazuje velmi rychle a velmi konkrétně. Klienti přicházejí s různorodými potřebami – sociálními, zdravotními, komunikačními, psychologickými i rodinnými. Jedna odbornost zde zpravidla nestačí. Dobrá služba proto nevzniká jen díky schopnostem jednotlivce, ale především díky tomu, zda dokáže fungovat tým.

» Když spolupráce dává smysl

Do ambulantní služby přichází klient se svými blízkými v situaci, která je pro ně nová a často i náročná. Někdy jde o dítě s vývojovými obtížemi, jindy o dospělého člověka se zdravotním omezením nebo o seniora, jehož rodina hledá podporu v období postupné ztráty soběstačnosti.

Pro blízké je často obtížné orientovat se v tom, na koho se obrátit a jak jednotlivé služby propojit. Pokud na situaci nahlíží pouze jeden odborník, může vidět jen část celého obrazu.

Ve chvíli, kdy spolupracují různé profese – například sociální pracovník, pracovník v sociálních službách, terapeut, pedagog či další odborníci –, začíná se obraz postupně skládat. Jeden pomáhá rodině zorientovat se v systému podpory, jiný pracuje s konkrétními dovednostmi klienta, další přináší pohled na širší souvislosti jeho situace. Pro klienta i jeho blízké pak služba nepůsobí jako několik oddělených intervencí, ale jako provázaná podpora, která dává větší smysl.

» Co vlastně znamená multidisciplinarita

Multidisciplinarita v praxi znamená spolupráci více odborností při řešení situace klienta. Každý z profesionálů přináší vlastní pohled vycházející z jeho vzdělání, zkušeností a profesní role.

Nejde však pouze o to, že se u jednoho klienta potkává více profesí. Skutečná multidisciplinární spolupráce vzniká tehdy, když si odborníci informace předávají, společně hledají řešení a respektují kompetence ostatních členů týmu. Jinými slovy – když spolu nejen pracují vedle sebe, ale skutečně spolupracují.



» Proč je multidisciplinarita důležitá

V ambulantních službách je multidisciplinární přístup obzvláště důležitý. Klient zde často nepřichází s jedním konkrétním problémem, ale s komplexní životní situací. Ta může zahrnovat zdravotní omezení, sociální obtíže, komunikační bariéry i zátěž celé rodiny.

Propojení různých odborností umožňuje nahlížet situaci klienta v širších souvislostech. Díky tomu se mohou jednotlivé kroky podpory doplňovat a posilovat, místo aby zůstávaly izolované.

» Co z multidisciplinarity získává klient

Pro klienta má dobře fungující tým velmi konkrétní přínosy. Především se snižuje riziko, že si jej budou jednotlivé služby „předávat“, aniž by někdo viděl celý kontext jeho situace. Naopak vzniká prostor pro koordinovanou podporu, která respektuje jeho potřeby i možnosti.

Klient tak může zažívat větší kontinuitu péče, srozumitelnější komunikaci a stabilnější prostředí. Pro rodiny a blízké je navíc

velkou úlevou, když jednotliví odborníci spolupracují a sdílejí informace, místo aby museli stejný příběh opakovaně vysvětlovat na různých místech.

» Výzvy každodenní spolupráce

Multidisciplinarita však není samozřejmostí. V praxi naráží na řadu překážek – od časových možností pracovníků přes rozdílné profesní přístupy až po organizační bariéry mezi jednotlivými službami.

Realitou ambulantních služeb je také to, že získat do týmu odborníky z různých profesí není vždy jednoduché. Ještě složitější bývá jejich práci dlouhodobě udržet v podmínkách financování sociálních služeb. Přesto právě snaha o spolupráci různých odborností zůstává jedním z klíčových předpokladů kvalitní podpory klientů.

Spolupráce mezi odborníky proto vyžaduje nejen odborné znalosti, ale také otevřenou komunikaci, respekt k různým perspektivám a ochotu hledat společná řešení. Teprve tehdy se může z dobře znějícího pojmu stát skutečná každodenní praxe.

Ambulantní sociální služby jsou dnes místem, kde se tato spolupráce odehrává velmi intenzivně. A právě schopnost týmů pracovat společně často rozhoduje o tom, zda podpora klientovi skutečně pomůže posunout se dál.

*„Multidisciplinarita
nezačíná počtem profesí v týmu.
Začíná ve chvíli, kdy spolu
odborníci skutečně začnou mluvit.“*

» Doporučení pro praxi ambulantních služeb

- Dobrá spolupráce v týmu je jedním z největších přínosů, které může ambulantní služba klientovi nabídnout.
- Mluvte spolu v týmu. Sdílení informací pomáhá lépe porozumět situaci klienta.
- Využívejte různé odbornosti. Každý pracovník vidí situaci trochu jinak. Společně vzniká úplnější obraz.
- Zapojte rodinu a blízké. Často znají klienta nejlépe a mohou být důležitou oporou.
- Domlouvejte se na společném postupu. Krátké týmové porady nebo sdílení kazistik mohou velmi pomoci.
- Budujte spolupráci postupně. Dobrá spolupráce nevznikne hned. Je výsledkem komunikace a důvěry.

LINET

Designed to help you care

ALADIN+®

CHYTRÁ LAMPA S AI PRO VĚTŠÍ NEZÁVISLOST

PREVENCE PÁDŮ

Automatické osvětlení
Upozornění na vstávání

RESPEKT K SOUKROMÍ

Zařízení bez kamery
Snížení počtu nočních kontrol

S BEZPEČNOSTNÍMI FUNKCEMI

Wi-Fi připojení



SPOLEHLIVĚ
DETEKUJE VŠECHNY
DRUHY PÁDŮ

Domalys
by LINET

DOMALYS ONLINE

Vaše platforma pro efektivní správu.

- Přehledně sleduje všechny Aladin+® lampy.
- Jednoduše přiřazuje lampy k jednotlivým klientům nebo místnostem.



Společně pro rodinu aneb Když se OSPOD a SASRD stanou partnery na cestě ke změně – Model dobré praxe ze Vsetínska

V moderní sociální práci s rodinou se stále častěji ukazuje, že autoritativní přístup „shora“ málokdy vede k udržitelné změně. Skutečný posun nastává ve chvíli, kdy se orgán sociálně-právní ochrany dětí (OSPOD) a sociálně-aktivizační služby (SAS) propojí v jeden funkční tým, který vnímá rodiče jako klíčové partnery, nikoliv jako pasivní objekty intervence.

■ **Text: Mgr. Adéla Trnová,**

Vedoucí oddělení sociálních služeb, sociální pracovnice, Azylový dům pro ženy a matky s dětmi, Vsetín

Mgr. Simona Babicová,
referentka, OSPOD Vsetín



Efektivní ochrana ohrožených dětí vyžaduje úzkou součinnost mezi orgány sociálně-právní ochrany dětí a poskytovateli sociálních služeb. Ve Vsetíně tuto roli úspěšně naplňuje spolupráce mezi místním OSPOD a **Azylovým domem pro ženy a matky s dětmi**, konkrétně prostřednictvím registrované sociální služby – **sociálně-aktivizační služby pro rodiny s dětmi (SASRD)**, působící pod názvem Terénní asistenční služba (TAS). Ačkoliv obě instituce disponují odlišnými kompetencemi, jejich cíle jsou společné: zajištění bezpečného prostředí pro vývoj dítěte a stabilizace rodinného systému.

Základem vsetínského modelu je jasné a transparentní vymezení rolí. OSPOD v tomto systému vystupuje jako koordinátor případu a garant zákonných norem. Jeho úkolem je vyhodnocení míry ohrožení dítěte, identifikace rizik, sestavení individuálního plánu ochrany dítěte (IPOD) a formulace jasné zakázky pro sociálně-aktivizační službu (SASRD/TAS).

Terénní asistenční služba (TAS) naopak přebírá roli průvodce, pracuje na principu dobrovolnosti a partnerského přístupu. Zaměřuje se na intenzivní podporu rodiny v domácném prostředí a posilování jejích vnitřních zdrojů, na posilování rodičovských kompetencí, řešení bydlení, financí

či dluhů a podporu při kontaktu s odborníky. Klíčovým prvkem je budování důvěry, srozumitelná komunikace a zapojení klienta do spolupráce při plánování cílů.

Klient je srozuměn s tím, že cestou ke změně je transparentní komunikace mezi ním, pracovníkem OSPOD a TAS, a především jeho vnitřní motivace pracovat sám na sobě a přijmout zodpovědnost za život svůj a svých dětí.

» Spolupráce v praxi

Spolupráce obvykle začíná vytipováním rodiny ze strany OSPOD. Pracovník OSPOD nabídne rodině v nepříznivé sociální situaci sociální službu TAS a pokud je klient spolupráci nakloněn, je dohodnuta společná schůzka klienta, pracovníka OSPOD a TAS. Na společné schůzce (na půdě OSPOD nebo přímo v domácnosti) jsou definovány problémové oblasti, možnosti podpory, vyjasněny role jednotlivých aktérů a rodině je nabídnuta možnost uzavřít smlouvu s TAS. Rodina je konkrétně seznámena srozumitelnou formou o nabídce činností sociální služby.

Důležitým prvkem je **propojení individuálních plánů**. OSPOD sestavuje individuální plán ochrany dítěte, jehož součástí je zakázka pro TAS. Tato zakázka se následně

promítá do individuálního plánu rodiče, který vypracovává TAS spolu s klientem rodičem. Následně jsou stanoveny konkrétní cíle a kroky k jejich plnění. Oba plány se protínají v hlavních cílech, jako jsou např. péče o dítě, posílení rodičovských dovedností, zajištění bydlení, finanční stabilizace či řešení závislostí.

V praxi jsou běžnou záležitostí společná setkávání klient – pracovník OSPOD – pracovník TAS – nebo případové konference, které mají za cíl sjednocení podstatných informací, propojení všech aktérů, společné plánování a nalezení funkčního a bezpečného řešení pro rodinu.

Na základě našich zkušeností lze identifikovat několik klíčových faktorů úspěšné spolupráce:

1. **Včasná intervence, intenzivní terénní podpora** – rychlé zapojení podpůrných služeb.
2. **Jasně vymezení rolí** – OSPOD jako koordinátor a garant ochrany dítěte, TAS jako intenzivní podpůrná služba.
3. **Společné plánování a definování cílů „Nic o nich bez nich“** – provázanost IPOD a individuálního plánu rodiče. Aby byla rodina motivovaná, měla by spolupráce vycházet z jejích vlastních

»»»» 20

««« 19

hodnot a potřeb. Pokud jsou cíle zadávány příkazem, klient k nim necítí zodpovědnost a jeho motivace ke změně je minimální. Cílem je pojmenování problémových oblastí ze strany rodiny, přijetí vlastní odpovědnosti a motivace ke změně.

4. **Pravidelné sdílení informací** – transparentní komunikace mezi OSPOD a TAS, a především směrem ke klientovi.
5. **Respektující, pozitivní a nedirektivní přístup, motivace ke změně** – budování důvěry a motivace místo sankčního tlaku. OSPOD definuje rámec bezpečného prostředí pro dítě, pracovník TAS vnáší do procesu prostor pro bezpečný vztah a doprovázení. Vzhledem k tomu, že je práce s rodinami v krizi často zatížena deficitem a selháními ze strany rodičů, je hledání zdrojů a kompetencí jak v roli OSPOD, tak i TAS. Jako odborníci můžeme výrazně podpořit motivaci klienta, a to tím, že na klienty neútočíme, nevyčítáme jim jejich neúspěchy a selhání, ale namísto toho jim poskytneme podporu, sdílení a vizi lepší budoucnosti, která je však v jejich rukou.
6. **Zasíťování rodiny** – zapojení dalších organizací (např. služby následné péče, neziskové organizace, církevní subjekty).

„Ocenění není jen zdvořilost. Je to terapeutický nástroj, který posiluje sebevědomí klienta a dává mu sílu k dalším krokům.“

Důležitým klíčem k efektivitě vedení případu je **kontinuální monitoring situace**. Pro udržení kvality spolupráce je nezbytný pravidelný cyklus předávání zpráv a operativní komunikace při náhlých změnách v rodině. Tento tok informací umožňuje OSPOD včas revidovat IPOD a sociální službě upravovat individuální plán práce s klientem. Důraz klademe na to, aby klient nebyl pasivním objektem pomoci, ale aktivním účastníkem, který zná cíle všech zapojených stran. Dobrou praxí vnímáme seznámení klienta s obsahem zprávy pro OSPOD, a to i v případě, že obsahuje negativní informace, což posiluje integritu procesu.

Představený model spolupráce ve Vsetíně ukazuje, že efektivní propojení OSPOD a TAS může významně přispět k ochraně dítěte i stabilizaci rodiny. Klíčová je koordinace, otevřená komunikace a respekt k roli každého aktéra – včetně samotného rodiče. Pro úspěch je zásadní nejen odbornost pracovníků, ale i schopnost zasíťovat rodinu do širšího systému pomoci a udržet klienta jako aktivního partnera při řešení jeho situace. **Cílem není rodinu „opravit“, ale podpořit ji v tom, aby dokázala být bezpečným a láskyplným přístavem pro své děti vlastními silami.**

Lepší péče otevírá svět seniorům



■ **Text: Ing. Petr Kovařík MBAce, Hana Tichavská, vedení Lepší péče**

Díky projektu Čas splněných přání mohou senioři navštěvovat místa, kam by se jinak běžně nedostali. Virtuální realita jim přináší nejen nové zážitky, ale také aktivizuje paměť, podporuje kognitivní funkce a zlepšuje psychosociální pohodu přímo v jejich domovech.



V roce 2025 byl spuštěn projekt **Čas splněných přání**, jehož cílem je přinášet seniorům nové zážitky a podporovat jejich psychickou pohodu prostřednictvím moderních technologií. Projekt využívá virtuální realitu, díky níž se senioři s pomocí speciálních brýlí mohou podívat na místa, kam by se již kvůli věku, zdravotnímu stavu či omezené mobilitě běžným způsobem nedostali.

Hlavní myšlenkou projektu není pouze plnění snů, ale především aktivizace seniorů a podpora jejich vzpomínek. Senioři mohou „navštívit“ rodná města, oblíbené přírodní lokality, historická místa či další destinace, které mají pro ně osobní význam. Například paní Marie si díky virtuální realitě mohla znovu projít své rodné město a připomenout si místa z mládí, na které už se fyzicky nedostane. Paní Marta měla sen podívat se do safari, a tak setkání s tygrem pro ni byl skutečný zážitek. Pan Josef navštívil pláž, kam kdysi jezdil na dovolenou se svojí manželkou, která mu již zemřela.

Virtuální realita stimuluje kognitivní funkce, jako je paměť, orientace a pozornost, zároveň podporuje sdílení životních příběhů a komunikaci s okolím. Klienti často reagují s nadšením a spontánně vy-

právějí své zážitky, čímž se projekt stává i formou reminiscenční terapie. „Bylo to, jako bych se opravdu vrátila do dob svého mládí. Moc mě to potěšilo,“ říká paní Marta zapojená do projektu.

Projekt je realizován **přímo v domácím prostředí klientů**, což umožňuje bezpečný a pohodlný zážitek i lidem s omezenou mobilitou. Virtuální zážitky nejen přinášejí radost, ale také posilují **pocit důstojnosti, identity a smysluplnosti** u seniorů. Pracovníci sociálních služeb zároveň získávají cenný vhled do života klientů, což posiluje osobní vztah a důvěru mezi klientem a pracovníkem.

Od svého spuštění v roce 2025 má projekt velmi pozitivní ohlasy jak mezi klienty, tak pracovníky v sociálních službách a rodinnými příslušníky. Ukazuje, že i jednoduché technologické řešení může významně zvyšovat kvalitu života seniorů a podporovat jejich aktivitu.

Projekt Čas splněných přání tak propojuje svět moderních technologií s lidskými vzpomínkami a emocemi. Dokazuje, že i malé momenty – jako možnost znovu navštívit známé místo – mohou mít pro člověka velký význam a přispět k jeho radosti, životní spokojenosti a psychosociální pohodě.

Do budoucna plánujeme využít 360° kameru, která umožní natáčet místa a zážitky určené přímo k přehrávání pro klienty. Díky tomu budou moci senioři prožívat prostředí ještě realističtější a intenzivněji. Víze zahrnuje také možnost sdílení všech zážitků mezi klienty a jejich rodinnými příslušníky, což může podpořit komunikaci a posílit pocit propojení s blízkými. Tento krok otevírá nové možnosti projektu, rozšiřuje jeho inovativní charakter a posiluje aktivizaci, podporu paměti a psychosociální pohodu klientů.

Důležitost hydratace klientů v sociálních službách: příklad dobré praxe z Vlčího máku

Hydratace patří mezi základní oblasti péče v sociálních službách, přesto v mnoha zařízeních zůstává tématem, které není systematicky sledováno a často se opírá spíše o odhad než o jasně nastavený postup. Nedostatečný příjem tekutin přitom může vést k významným zdravotním komplikacím, poklesu soběstačnosti a zvýšené potřebě zdravotní péče.

■ **Text: Mgr. Renata Mášová, DiS.,**
všeobecná sestra specialista,
Domov Vlčí mák

V našem zařízení dlouhodobě pracujeme s nastaveným systémem sledování hydratace, který umožňuje pravidelně vyhodnocovat příjem tekutin, rychle se orientovat v dostupných údajích a včas reagovat na změny zdravotního stavu klientů. Tato zkušenost ukazuje, že promyšlený a přehledný systém je v praxi dobře realizovatelný a může být jednou z cest, jak hydrataci v sociálních službách uchopit efektivněji a transparentněji.

» Hydratace jako klíčový prvek prevence

Klienti sociálních služeb jsou k dehydrataci náchylnější, než je běžná populace. U seniorů a osob s chronickými onemocněními se často objevuje snížený pocit žízně, kognitivní poruchy a zapomínání pít, omezená mobilita, užívání diuretik a další medikace, strach z inkontinence, nedostatečná motivace nebo odmítání tekutin. Důsledky mohou být závažné, například infekce močových cest, delirantní stavy, zácpa, pády, zhoršení chronických onemocnění či nutnost hospitalizace. Odborná literatura dlouhodobě upozorňuje, že prevence dehydratace je jedním z nejúčinnějších nástrojů, jak těmto komplikacím předcházet. (Holmerová, 2019; Topinková, 2016)

» Příklad dobré praxe: jak hydrataci řešíme v Domově Vlčí mák

V Domově Vlčí mák pracujeme s hydratací klientů systematicky, transparentně a s důrazem na individuální potřeby. Péče je

postavená na kombinaci odbornosti, strukturovaných postupů a respektu k identitě.

» Individuální limity tekutin

Každý klient má stanovený svůj individuální denní limit tekutin, který vychází z jeho zdravotního stavu, doporučení lékaře a aktuální kondice. Tento limit není neměnný, pravidelně se vyhodnocuje a upravuje podle potřeb klienta. Tento přístup nám umožňuje přizpůsobit pitný režim zdravotnímu stavu, předcházet jak dehydrataci, tak nadměrnému příjmu tekutin, zajistit bezpečnou a odbornou péči.

» Specializovaný formulář pro sledování hydratace

Jedním z klíčových nástrojů je vlastní formulář, který je přizpůsobený specifikům klientů i provozu zařízení. Formulář umožňuje detailní záznam všech přijatých tekutin, sledování nabídky nápojů, kontrolu plnění individuálního limitu, prostor pro poznámky o změnách chování či zdravotního stavu. Zapisujeme veškeré tekutiny, nejen vodu či čaj. Do záznamů patří polévky a vývary, různé druhy čajů, džusy, ovocné šťávy, minerální vody, ochucené vody a doplňkové zdroje tekutin (např. ovoce s vysokým obsahem vody).

» Denní vyhodnocování a okamžitá reakce

Záznamy o příjmu tekutin se vyhodnocují každý den, a to při předávání směň i v rámci multidisciplinární spolupráce. Pokud klient nepřijímá dostatek tekutin, personál zvyšuje frekvenci nabídky, upra-

vuje typ nápojů podle preferencí klienta a motivuje jej k pití. V případě potřeby je situace konzultována s lékařem. Pokud klient dlouhodobě nesplňuje stanovený limit nebo se zhorší jeho zdravotní stav, může zdravotnický personál na základě podmíněné medikace podat rehydratační subkutánní infuzi fyziologického roztoku. Díky tomu lze včas zachytit první známky dehydratace a předejít komplikacím, které by mohly vést až k hospitalizaci.

» Rozmanitost nabídky a respekt k identitě

Vlčí mák klade důraz na pestrost nabídky, protože právě ta často rozhoduje o tom, zda klient bude pít dostatečně. Nabízíme čistou i ochucenou vodu, bylinkové a ovocné čaje, různé druhy džusů, nealkoholické pivo, kefíry, ochucená mléka, polévky a v létě i domácí limonády.

» Respekt k identitě válečných veteránů

Naši klienti mají často silně zakořeněné rituály a zvyky, které se stávají přirozenou součástí jejich dne. Tyto návyky využíváme jako motivaci k pravidelnému pitnému režimu – například ranní čaj či káva, které mnozí vnímají jako pevný bod dne. Odpolední čaj pak může mít i společenský rozměr. Klienti mohou používat vlastní hrnek, což podporuje jejich autonomii, důvěru i pocit bezpečí.

» Proč je transparentní práce s hydratací důležitá pro ostatní zařízení?

Hydratace je v sociálních službách oblastí, která často nemá jednotné nastavení

»»»» 22



Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR vydala v roce 2025 doporučený postup Jak předejít dehydrataci klientů pobytových zařízení sociálních služeb, jehož cílem je podpořit pečující tým v pobytových sociálních službách, aby zaměstnanci správně identifikovali rizika spojená s dehydratací, implementovali efektivní strategie, a zajistili tak optimální příjem tekutin, minimalizovali rizika spojená s nedostatečnou hydratací a zároveň věděli, jak postupovat, pokud je klient dehydratovaný. Doporučený postup je dostupný na webu www.apsscr.cz v sekci Vydáváme -> Odborná publikační činnost.

««« 21

systém ani jasně definované postupy. V některých zařízeních chybí sjednocené záznamy, individuální limity nebo návaznost práce napříč směny, což může ztěžovat orientaci v tom, jak klienti skutečně přijímají tekutiny. Systematický a transparentní přístup přináší výhody jak pro organizaci, tak pro každodenní práci personálu. Jasně nastavené postupy umožňují rychleji zaznamenat změny v potřebách klienta, lépe koordinovat práci mezi směny a předcházet situacím, kdy se důležité informace ztratí nebo přehlédnou. Pro pracovníky je takový systém oporou – poskytuje přehledné podklady pro rozhodování, usnadňuje komunikaci v týmu a pomáhá udržet jednotný standard péče. Zkušenosti z praxe ukazují, že když je hydratace začleněna do běžné rutiny a podpořena srozumitelnými nástroji, může to přispět k větší přehlednosti, včasné reakci na změny a celkovému posílení profesionality poskytovatelů služeb.

➤ Závěr

Hydratace je základní, ale často opomíjený prvek péče v sociálních službách. Trans-

parentní, systematický a individuální přístup, jaký uplatňujeme u nás v Domově Vlčí mák, může být inspirací pro další poskytovatele. Ukazuje, že když je pitný režim skutečně sledován a vyhodnocován, přináší to jasné benefity všem stranám. ■

Doporučená česká literatura:

- HOLMEROVÁ, Iva a kol. *Geriatry pro praxi*. Praha: Mladá fronta, 2019. *ISBN 978-80-204-4970-2*.
- KALVACH, Zdeněk a kol. *Geriatry a gerontologie*. Praha: Grada Publishing, 2004. *ISBN 80-247-0548-6*.
- TOPINKOVÁ, Eva. *Geriatry*. Praha: Karolinum, 2016. *ISBN 978-80-246-3313-7*.

Generace v bublinách

Projekt Generace v bublinách propojuje svět seniorů a dětí prostřednictvím sdílení životních příběhů a moderních technologií. V Domově důchodců Bystřany vzniká unikátní prostor, kde se vzpomínky mění v komiksové příběhy za pomoci umělé inteligence.

■ **Text: Bc. Hana Daňková, DiS.,** manažerka kvality, koordinátorka a projektová manažerka, Domov důchodců Bystřany

Mezigenerační setkávání patří dlouhodobě mezi aktivity, které mohou významně obohatit život jak seniorů, tak dětí. Projektu **Generace v bublinách** předcházela v Domově důchodců Bystřany již řada mezigeneračních aktivit, které postupně ukazovaly, jak velký potenciál podobná setkávání mají.

Jedním z prvních byl projekt **Známe se z fotografie**, při němž děti podle fotografické předlohy kreslily portréty seniorů a následně společně hovořily o tom, kdo na fotografiích je a jaký příběh se za nimi skrývá. Na tento projekt navázala aktivita **Osa života**, kde senioři i děti společně vzpomínali na jednotlivá období svého života. Setkaly se zde pohledy na dětství a dospívání v minulosti se zkušenostmi dnešních dětí a vznikl zajímavý dialog o tom, jak se proměňoval každodenní život v různých generacích. Dalším krokem byl projekt **Digitální most mezi generacemi**, zaměřený na práci s moderními technologiemi. Děti naslouchaly vyprávění seniorů a pomocí tabletů dohledávaly místa, o kterých senioři hovořili – například podobu školy, do které kdysi chodili, nebo místa, kde vyrůstali, a porovnávaly, jak vypadají dnes. Právě tyto zkušenosti a postupné propojování vzpomínek s di-

gitálními nástroji nás přivedly k myšlence projektu **Generace v bublinách**, který tuto spolupráci dále rozvíjí a zároveň přibližuje seniorům možnosti současné umělé inteligence. Projekt ukazuje, že i zdánlivě vzdálené světy – svět vzpomínek a svět digitálních nástrojů – mohou najít společnou řeč.

Základní myšlenkou projektu je naslouchání životním příběhům seniorů a jejich následné zpracování do komiksové podoby. Do projektu jsou zapojeni žáci 6. třídy základní školy, kteří se během společných setkání seznamují s osudy seniorů, především jejich profesními zkušenostmi. Děti mají možnost klást otázky, učit se soustředěně naslouchat a zaznamenávat důležité momenty vyprávění. První setkání proběhlo v přátelské a uvolněné atmosféře. Senioři vyprávěli o době, kdy studovali, kdy nastoupili do svého prvního zaměstnání nebo o tom, jak se v průběhu let vypracovali na zajímavé pracovní pozice. Pro mnohé z nich je to příležitost vrátit se ke vzpomínkám, které dlouho nevyprávěli, a zároveň předat své zkušenosti mladší generaci. Děti naopak získávají autentický pohled na minulost, který nelze najít v učebnicích.

Důležitou součástí projektu je práce s moderními technologiemi. Žáci zaznamenávají rozhovory do tabletů a následně s využitím nástrojů umělé inteligence převádějí získané informace do komiksového zpracování. Technologie tak v tomto případě neslouží pouze k zábavě, ale stávají se prostředkem pro uchování a kreativní zpracování osobních příběhů. Pro senioře je navíc zajímavou zkušeností sledovat, jakým způsobem mohou moderní digitální nástroje pomoci při tvorbě textu a obrazu.

Projekt tak přináší přínos oběma generacím. Žáci rozvíjejí nejen své digitální kompetence, ale také sociální dovednosti – učí se komunikovat se staršími lidmi, respektovat jejich zkušenosti a citlivě pracovat s jejich vyprávěním. Senioři mají možnost sdílet své životní příběhy a uvědomit si, že

jejich zkušenosti mají pro mladší generaci skutečnou hodnotu. Vyprávění zároveň podporuje jejich aktivitu, paměť i zájem o dění kolem sebe.

Myšlenka projektu vznikla již na konci roku 2025. V té době jsme oslovili Základní školu Teplice, Plynárenská 2953, s návrhem spolupráce na mezigenerační aktivitě, která by spojila vyprávění seniorů s kreativní prací dětí. Paní ředitelka školy projekt podpořila a do jeho realizace se zapojil učitel informatiky Jan Živnůstka, který přijal myšlenku projektu s velkým nadšením. Díky této spolupráci se podařilo vytvořit prostor, ve kterém se mohou přirozeně setkávat dva světy – svět zkušeností a svět moderních technologií.

Realizace projektu je rozložena do několika měsíců. V první fázi probíhají samotná **mezigenerační setkání** a sběr informací. Následuje období, kdy žáci ve škole **zpracovávají získané podklady a připravují komiksové příběhy** jednotlivých seniorů. Hotové komiksy budou následně profesionálně vytištěny. Zároveň budou upraveny do podoby obrazů a budou využity k putovní výstavě. Každý ze zapojených seniorů obdrží svůj komiks jako osobní památku na společně prožitý projekt.

Projekt **Generace v bublinách** ukazuje, že mezigenerační spolupráce může mít mnoho podob. Právě sdílení zkušeností, vzpomínek i pohledu na současný svět obohacuje obě generace. Senioři předávají dětem své životní příběhy, zatímco děti přinášejí nový pohled, energii a často i pomoc při práci s technologiemi.

Právě to je možná největší přínos podobných projektů – vytvářet prostor pro skutečné setkávání lidí, kteří by se za běžných okolností možná nikdy nepotkali, a umožnit jim navzájem se poznat, naslouchat si a učit se jeden od druhého. Taková setkání pak přirozeně přispívají k bourání předsudků mezi generacemi a k posilování pocitu sounáležitosti ve společnosti. ■



PROFESIONÁLNÍ VYBAVENÍ SE SLEVOU AŽ 40 %

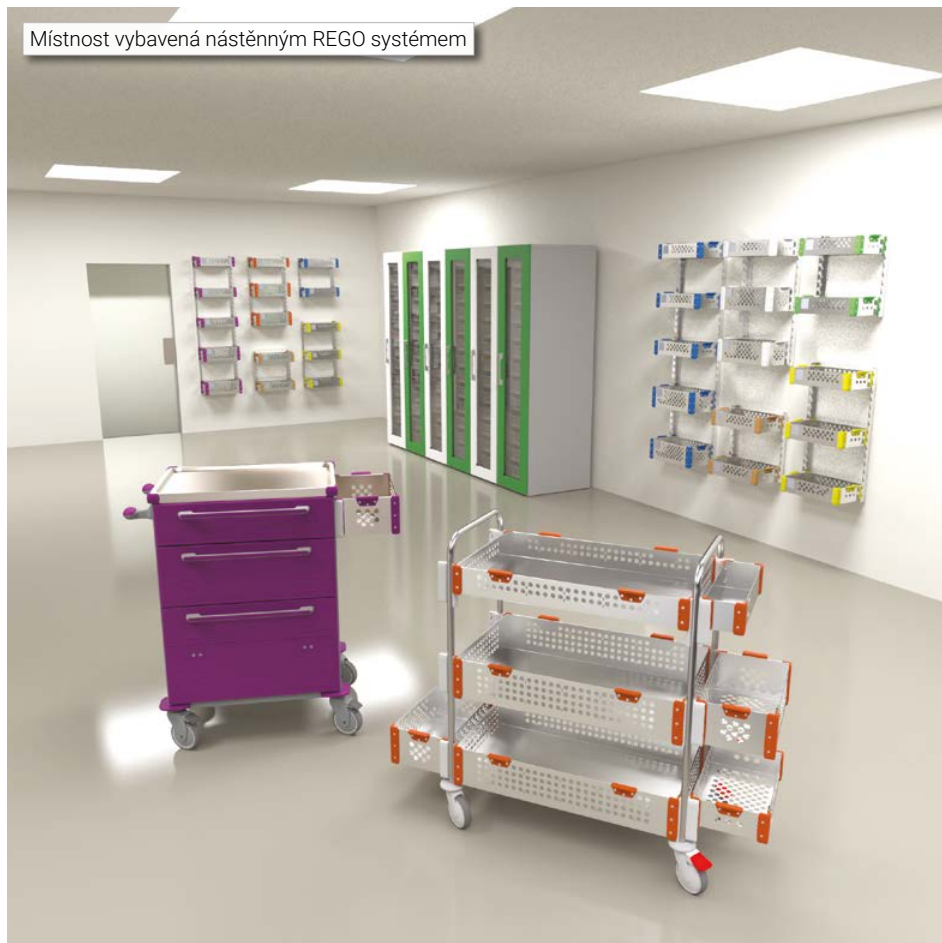
VYSTAVENÉ PRODUKTY & SKLADOVÉ ZÁSoby

Vybavení pro sociální služby, zdravotnictví nebo profesionální úklid za mimořádné ceny? Připravili jsme pro Vás akci, ve které najdete vystavené a lehce používané produkty ze showroomu či skladové zásoby se slevou až 40 %. Jedná se o plně funkční zařízení v perfektním technickém stavu.

- Profesionální čističky vzduchu,
- hygienické vozíky na čisté a špinavé prádlo,
- vozíky na léky a převaz,
- úklidové a dezinfekční vozíky,
- vozíky na sběr odpadu,
- dávkovací systémy a dezinfekční stojany.



Místnost vybavená nástěnným REGO systémem



Vozíky VAKO na odpad a prádlo spojené magnety



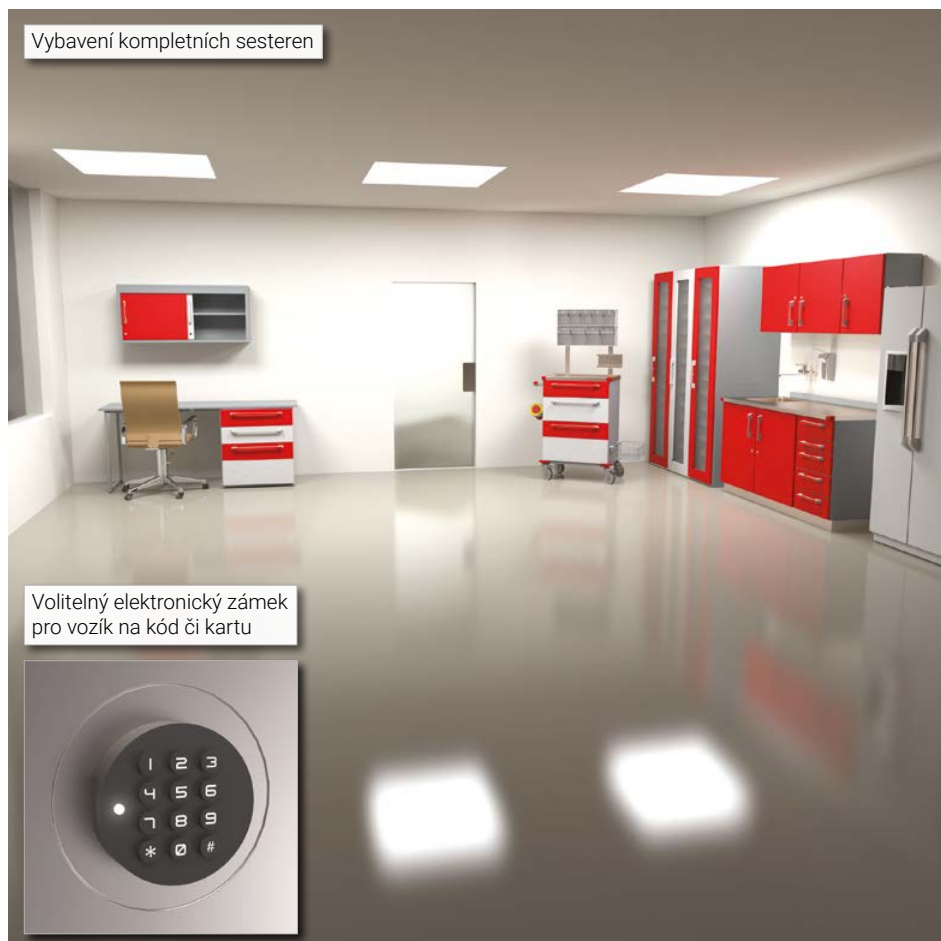
REGO boxy na stěnu



REGO box



Vybavení kompletních sesteren



Volitelný elektronický zámek pro vozík na kód či kartu



Kontaktujte nás:

E-mail: klaro@klaro.cz
Telefon: +420 314 005 420
Zelená linka: +420 800 100 798
Web: www.klaro.cz

Sledujte nás:



Cesta a křižovatky sociální péče ve 21. století

Ohlédnutí za 1. mezinárodní konferencí na SOŠS svaté Zdislavy v Praze

Na půdě Střední odborné školy sociální svaté Zdislavy se 5. února 2026 uskutečnila historicky první mezinárodní odborná konference s názvem Cesta a křižovatky sociální péče ve 21. století. Akce proběhla pod záštitou Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR a byla primárně určena studentům všech ročníků oboru sociální činnost a pedagogům. Program konference nabídl tematicky široké spektrum příspěvků reflektujících aktuální problémy i budoucí výzvy sociálních služeb.

■ **Text: PhDr. Mgr. Patrik Burda, MBA,** ředitel Střední odborné školy sociální svaté Zdislavy Praha, **Mgr. Bc. et Bc. Lýdie Obrusníková,** sestra Klára, provinční představená Kongregace Dcer Božské Lásky

Již samotné zahájení naznačilo vysokou odbornou úroveň setkání – účastníky pozdravil prezident Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR Ing. Jiří Horecký, Ph.D., MSc., MBA, který zdůraznil význam vzdělávání v oblasti poskytování sociálních služeb. Hovořil o podpoře vzdělávání v této oblasti do budoucna, kdy podle všem známým predikcím bude velká potřeba pečujících.

Konference byla výjimečná nejen svým mezinárodním rozměrem, ale především skladbou hostů z různých oblastí praxe. Mezi řečníky vystoupil například Jaroslav Javorský, politický vězeň komunistického režimu, jehož osobní svědectví o svobodě a hodnotách solidarity nabídlo hluboký etický přesah sociální práce s vězni v době komunismu. Jeho příběh se stal pro mnohé studenty hlubokým inspiračním momentem. Mezinárodní rozměr konference podpořila doc. PhDr. Daniela Bachyncová Giertliová, Ph.D., pedagožka Vysoké školy zdravotnictví a sociální práce sv. Alžbety v Bratislavě, která se dlouhodobě věnuje



otázkám kvality sociálních a zdravotně-sociálních služeb a etice. Významný odborný přínos měl také JUDr. PaedDr. PhDr. Daniel Hanuš, Ph.D., LL.M., MBA, právník a sociální pracovník, který dlouhodobě propojuje právo a sociální práci a působí ve vzdělávání sociálních pracovníků a péstounů. Jeho vystoupení poukázalo na nezbytnost interdisciplinárního přístupu a ochrany práv klientů, zejména seniorů a dětí v náhradní rodinné péči. Neméně podnětné byly příspěvky z oblasti zdravotně-sociální péče ve fakultních nemocnicích. Praktický pohled na specializovanou práci se seniory nabídly také odbornice z domova pro seniory Kobylisy.

Zcela mimořádným prvkem konference bylo zapojení samotných studentů. Modelování celého dne se ujali studenti oboru sociální činnost, kteří prokázali vysokou míru profesionality, připravenosti i schopnosti vést odbornou diskusi. Studenti se rovněž aktivně podíleli na programu vlastním příspěvkem reflektujícím zkušenosti z praktické výuky.

Zpětná vazba ze strany studentů byla velmi pozitivní. Mnozí ocenili možnost setkat se s významnými osobnostmi sociální oblasti, slyšet autentické příběhy i odborné analýzy a konfrontovat teoretické poznatky s realitou praxe. Řada příspěvků byla pro ně motivující při rozhodování o dalším profesním směřování po ukončení studia.

Cílem konference bylo poukázat na současné problémy sociálních služeb – například demografické stárnutí populace, integraci zdravotní a sociální péče, podporu rodin a neformálně pečujících či otázky důstojnosti a lidských práv klientů – a současně otevřít diskusi o výzvách, které sociální oblast čekají v budoucnosti.

Konference se stala nejen odbornou platformou, ale také inspirativním prostorem pro formování profesní identity budoucích pracovníků v sociálních službách. Pokud se podaří na tuto tradici navázat i v dalších letech, může se stát významným prvkem podpory odborného růstu studentů i pedagogů. Důležitým výstupem konference

bude vydání recenzovaného sborníku příspěvků s přiděleným ISBN, který umožní širší odborné veřejnosti seznámit se s prezentovanými tématy a přispěje k další odborné diskusi v oblasti sociálních služeb.

První ročník mezinárodní konference tak potvrdil, že propojení vzdělávání, odborné praxe a profesních organizací má zásadní význam pro přípravu budoucích pracovníků v sociální oblasti. Setkání ukázalo, že sociální práce je oborem vyžadujícím nejen odborné znalosti, ale i pevný hodnotový rámec, odvahu a lidskost – kvality, které byly během konference zřetelně přítomné. Konference se tak nestala pouze jednorázovou událostí, ale vytvořila základ pro dlouhodobější odbornou spolupráci, sdílení zkušeností a systematickou podporu budoucí generace pracovníků v sociální oblasti.

Kongregace Dcer Božské Lásky

Kongregace Dcer Božské Lásky (FDC) je mezinárodní ženská kongregace založená roku 1868 ve Vídni Matkou Františkou Lechnerovou. Vznikla jako odpověď na sociální problémy 19. století – chudobu, migraci mladých žen do měst a nedostatek vzdělání. Jejím základním charisma-tem je zprostředkovávat Boží lásku konkrétní službou, zejména výchovou a vzděláváním, sociální a charitativní prací, péčí o nemocné, seniory a potřebné.

Kongregace se postupně rozšířila do více evropských zemí i mimo Evropu (Jižní Amerika, Afrika) a dodnes působí v oblasti školství, sociálních služeb a pastorače. Od svého založení kladla kongregace důraz na vzdělávání dívek a mladých žen, zejména těch ze sociálně slabšího prostředí. Školství bylo chápáno jako nástroj prevence chudoby a sociálního vyloučení. Filozofie vzdělávání přetrvávala do dnešních dnů a klade důraz na mravní a hodnotovou výchovu, propojení odbornosti a osobnostního rozvoje, individuální přístup k žákům, výchovu k odpovědnosti a službě druhým. V českém prostředí kongregace historicky zakládala dívčí ústavy, internáty a školy. Dnes je zřizovatelem Střední odborné školy sociální svaté Zdislavy v Praze, která navazuje na tradici sociálního a pedagogického vzdělávání a připravuje studenty pro práci v sociálních službách. Výchova zde spojuje odbornou přípravu s etickým rozměrem péče.



Terapie molekulárním vodíkem

Nejmodernější podpůrná
metoda pro efektivnější boj
s **Alzheimerovou** chorobou,
pro rychlejší regeneraci
a pro ochranu před záněty.



Antioxidační účinky



Protizánětlivé účinky



Ochrana mitochondrií



Podpora neurogeneze



Inhibice signálních drah



Oprava oxidovaných hemů

Naši obchodníci

Jaromír Dudák

+420 777 515 222 | dudak@tomton.cz

Petr Bědajánek

+420 774 515 434 | bedajane@aerconiq.cz

Ozvěte se nám a přivezeme vám generátor na vyzkoušení!

Jak si pomoci, když tělo mluví chronickou bolestí

V minulém čísle jsme si ukázali, že současná věda už chronickou bolest nechápe pouze jako problém poškozené tkáně. Neurověda i klinická praxe dnes pracují s biopsychosociálním modelem a vycházejí z poznání, že nervový systém se bolest dokáže naučit – a následně ji vytvářet a udržovat i bez přímé biologické příčiny. Nervový systém je proto v posledních letech předmětem intenzivního výzkumu. V různých částech světa se vědci i kliničtí pracovníci snaží hledat cesty, jak jej co nejúčinněji ovlivnit. My se teď ale podíváme na jinou otázku: proč bolest nebo nemoc v těle vůbec vzniká? A doplníme tak část pohledu, která podle mé zkušenosti zatím chybí.

■ **Text: Tomáš Brabec,**
psychosomatik a průvodce
na cestě ke zdraví

Kromě snahy snížit nervové napětí se totiž potřebujeme zaměřit na to, aby se mozek sám nepřidržel starých, dnes už nepotřebných zvyklostí.

Perspektiva, kterou zde představuji, nahrazuje řešení zdravotních potíží lékařskou cestou. Nestojí proti medicíně ani ji nezpochybňuje. Naopak – v praxi se často ukazuje jako přínosné řešit potíže standardním způsobem a současně porozumět zvyku, který v pozadí udržuje nervovou reakci. Práce se zvyky jde ruku v ruce se zklidněním nervové soustavy.

➤ Dva principy, které mění čtení bolesti

Každou bolest nebo nemoc sleduji z perspektivy dvou základních principů. Jedná se o:

1. PRVNÍ PRINCIP

V těle se odehrává to, co bylo dříve uvnitř – tělo není zrcadlem přítomnosti, ale minulosti. Ukazuje, co člověk ve svém životě prožil a co už jeho psychika zpracovávala, uzavřela nebo se s tím vnitřně rozešla.

2. DRUHÝ PRINCIP

To, co se v těle objevuje, je starý zvyk – jde o naučenou reakci člověka na stav, který kdysi dával smysl, ale dnes už neodpovídá realitě.

Tyto dva principy zásadně mění způsob, jak bolest a nemoc můžeme vnímat. Pokud víme, že tělo neukazuje „co je špatné teď“, ale otisk toho, co už skončilo, přestáváme bojovat s přítomností. Místo hledání problému začínáme rozpoznávat zvyk. Místo boje začínáme vidět klam.

Jsmo naučení číst bolest opačně. Když bolí noha, máme pocit, že se máme zastavit. Když bolí záda, že „to nezvládáme unést“. Jenže tělo nekomentuje současnost.

Bolest nebo nemoc není jen výzvou něco řešit. Je také informací, že **nervový systém udržuje starý zvyk**. Například bolest kyčelního kloubu ukazuje, že se člověk v určité oblasti už „rozešel“ se starým postojem. Podobně bolest zad signalizuje, že něco člověka „tížilo – a už netíží“.

Zhoršení zraku se objevuje ve chvíli, kdy člověk v nějaké oblasti vidí jasněji než dřív, nebo ho už netrápí, že něco „vidí“ špatně. A potíže s trávením ukazují, že něco, co bylo těžké „strávit“, patří do uzavřené minulosti.

Jako orientační mapa v pochopení signálů těla nám může sloužit lidová moudrost. Lidové obraty jako „mám toho plné zuby“, „leze mi to krkem“, „hýbe mi to žlučí“ jsou přesným popisem vztahu těla a vědomí.

Jakmile tyto věty převedeme do minulého času, zvyk se začne odhalovat. Neptáme se, co vadí dnes. Ptáme se, co vadilo – a už nevíme.

➤ Příklady z praxe

Muž kolem 50 let přichází s dlouhodobou bolestí v bedrech. Vyšetření jsou v normě, rehabilitace přináší jen krátkodobou úlevu. Bolest se vrací především ve chvílích, kdy má pocit klidu – o víkendech nebo po pracovním uvolnění.

V jeho životě došlo k zásadní změně. Po letech práce, kdy nesl odpovědnost za druhé, si zátěž vědomě snížil. Změnil pozici, přestal „nést všechno na svých bedrech“. Psychicky se mu ulevilo.

Tělo ale reagovalo opačně. Začalo ho bolet v bederní části páteře – právě ve chvíli, kdy už nebylo co nést. Nervový systém se držel starého zvyku: „musím nést, musím držet“.

Jakmile jsme tento zvyk pojmenovali, přeložili do minulého času („tohle jsem nesl, dnes už ne“) a doplnili dalšími souvislostmi, bolest postupně ztratila svou sílu. Ne proto, že by byla potlačena, ale proto, že byl odhalen její původ.

Podobně žena s dlouhodobými potížemi s močovým měchýřem. Měla za sebou velmi bolestivý rozchod, který dlouho zpracovávala. Po letech vstoupila do nového vztahu a zhruba po půl roce se objevily potíže.

Ukázalo se, že začaly ve chvíli, kdy si dovolila věřit, že by tento vztah mohl být pro ni bezpečný. Minulá zkušenost už pro její život nebyla potřebná – ale zvyk, který tehdy vznikl, zůstal aktivní. Zvyk „nedokážu někoho úplně pustit, i když bych chtěla“ se somatizoval v těle.

Vznikla patová situace: rozumově i citově byla jinde, tělo se drželo minulosti.

Právě zde se ukazuje, jak zvyk blokuje plné prožití přítomnosti.

➤ První pomoc při bolesti nebo nemoci

1. Nehleďte problém, hleďte zvyk.
2. Pojmenujte tělesný projev jednou větou.
3. Převeďte tuto větu do minulého času.
4. Najděte jednu konkrétní kapitolu života, která by s tím mohla významově souviset, a uvědomte si, že už skončila nebo se právě mění.
5. Řekněte nervovému systému jasně: „Tohle bylo. Dnes už to není.“

Samozřejmě ne každá nemoc nebo bolest vzniká stejným způsobem. V praxi rozlišuji **tři základní skupiny nemocí a bolestí** – podle toho, z jakého typu vnitřního zvyku vycházejí a jaký vztah mají ke změně v životě člověka.

První skupina souvisí s posunem, který se právě může odehrát – bolest zde signalizuje, že změna je na dosah. **Druhá skupina** ukazuje na něco, co už v životě člověka skončilo, ale část vědomí se tohoto nastavení stále drží. A třetí skupina souvisí s definitivní vnitřní změnou, po níž starý zvyk nemá kam odejít – a proto se projevuje jako dlouhodobý či chronický stav.

Návod první pomoci sám o sobě zvyk neodstraní, ale už samotný odstup od běžného čtení bolesti – jako problému přítomnosti – může přinést úlevu. Změna pohledu umí uvolnit napětí, oslabit zvyk a umožnit tělu reagovat jinak, než bylo dosud zvyklé.

I když konkrétní práce s jednotlivými skupinami vyžaduje odlišný přístup, základní pochopení toho, že tělo nereaguje na to, co se děje teď, ale na to, co už skončilo, může být prvním a velmi důležitým krokem k úlevě.

„Důležitý je respekt, trpělivost a individuální přístup,“ říká Vratislav Kytlica, Pečovatel roku 2025 v pobytových službách

Rozhovor s jedním z vítězů Národní ceny – Pečovatel/ka roku 2025, Vratislavem Kytlicou, ukazuje, že kvalitní sociální služba stojí na respektu, trpělivosti a skutečně individuálním přístupu ke každému člověku. Mluví v něm o práci s lidmi s poruchou autistického spektra, o hledání cest namísto restrikcí i o tom, proč k důstojné podpoře patří také vztahy, intimita a bezpečí.

■ **Text: Ing. Petra Cibulková,**
šéfredaktorka

Získal jste Národní cenu sociálních služeb – Pečovatel/ka roku 2025 v kategorii pobytové služby. Jaký má pro vás toto ocenění význam?

Toto ocenění přijímám s velkou pokorou. Vnímám ho především jako uznání práce celého týmu, bez jehož nasazení by žádných výsledků nebylo možné dosáhnout. Stejně důležitá je pro mě i podpora nadřízených, kteří vytvářejí podmínky pro kvalitní práci. Cenu proto беру jako společné ocenění všech, se kterými mám možnost pracovat, a rád bych jim touto cestou upřímně poděkoval.

V sociálních službách se pohybujete již 14 let. Jak jste se k povolání pečovatele dostal? Bylo vaším snem pomáhat lidem?

S podporou a péčí o zdravotně znevýhodněnou osobu jsem se setkal mnohem dříve, a to přímo ve své rodině. Nejdříve jsme řešili nepříznivou situaci u syna a poté jsme se starali o babičku. Tato vlastní zkušenost mě hodně napověděla a pomohla k dalšímu rozhodnutí o budoucím povolání.

Dlouhodobě pracujete s lidmi s poruchami autistického spektra a náročným chováním. Co na své práci nejvíce oceňujete?

Na své práci nejvíce oceňuji to, že i malé kroky mohou mít pro člověka velký význam. Práce s lidmi s poruchami autistického spektra a náročným chováním vyžaduje trpělivost, důslednost a schopnost dívat se na situace jejich očima. Když se podaří lépe porozumět potřebám konkrétního člověka a nastavit prostředí tak, aby se cítil bezpečně

neji a klidněji, je to pro mě vždy velká profesní i lidská satisfakce. Zároveň si vážím spolupráce v týmu, protože právě sdílení zkušeností a společné hledání cest posouvá naši práci dopředu.

Zaujalo mě, že klientům, kteří jsou v nepohodě a u nichž hrozí použití restriktivního opatření, nabízíte relaxační jízdu autem. Jak vás napadlo využívat jízdu autem? Jak dlouho taková jízda trvá?

S touto aktivitou jsem se seznámil na supervizi, kterou vedl PhDr. Hynek Jůn, Ph.D., z neziskové organizace NAUTIS, který byl naší oporou při nastavování domácnosti pro lidi s náročným přístupem na chování. U některých lidí s poruchou autistického spektra dobře funguje změna prostředí a klidný, rytmický pohyb. Právě jízda autem pro ně může být uklidňující a pomáhá snížit napětí dřív, než by bylo potřeba přistoupit k restriktivnímu opatření.



Samozřejmě to není řešení pro každého. Vždy zvažujeme, komu to dává smysl a je to bezpečné. Délka jízdy se přizpůsobuje aktuální situaci, většinou jde o desítky minut. Nejde o to někde dojet, ale dopřát člověku prostor, aby se mohl zklidnit a vrátit do pohody.

Zaměřujete se na individuální práci s klientem a snažíte se, aby se co nejvíce zapojovali do svého života. Je těžké v sociálních službách nepřepečovat?

Je to určitě výzva. V sociálních službách máme přirozenou tendenci chtít lidem pomáhat a někdy je tenká hranice mezi

podporou a přehnanou péčí. Právě proto je důležité si to neustále uvědomovat a vracet se k tomu, co daný člověk opravdu zvládne sám nebo s menší mírou podpory. Naším cílem není dělat věci za klienty, ale být jim oporou, aby mohli co nejvíce rozhodovat o svém životě a zapojovat se podle svých možností. Někdy to znamená zpomalit, dát prostor i chybám a mít trpělivost s malými kroky. Ale právě ty mají pro lidi největší význam.

Věnujete se i tématu sexuality osob s postižením a působíte jako sexuální důvěrník. Změnil se pohled na sexualitu za dobu vaší praxe v sociálních službách, nebo je to stále tabu? Co je podstatou vaší práce?

Myslím, že se situace postupně mění a téma sexuality lidí s postižením už není takové tabu jako dříve. Přesto je stále oblastí, o které se někdy mluví s rozpaky a nejistotou – jak mezi odborníky, tak ve společnosti obecně. Přitom jde o přirozenou součást života každého člověka. Podstatou mé práce sexuálního důvěrníka je především bezpečný a respektující rozhovor. S klienty řešíme otázky vztahů, hranic, soukromí nebo tělesnosti tak, aby tomu rozuměli a cítili se v tom jistě. Zároveň je důležité podporovat i kolegy a rodiny, aby téma nevnímali s obavami, ale jako běžnou součást podpory člověka. Nejde o nic „navíc“, ale o snahu, aby lidé s postižením mohli žít co nejběžnější a důstojný život. Včetně oblasti vztahů a intimity.

Jaké vlastnosti by podle vás měl mít člověk, který pozici pečovatele či pečovatelky zastává?

Úplným základem je respekt k člověku a opravdový zájem o něj. Pečovatel by měl být trpělivý, vnímavý a schopný naslouchat i věcem, které nejsou vždy řečené nahlas. Důležitá je také spolehlivost a schopnost spolupracovat v týmu, protože kvalitní péče nikdy není práce jednotlivce. Zároveň je podle mě podstatná pokora a ochota se dál učit. Každý klient je jiný a člověk se v této práci učí vlastně neustále. Nejde o to být dokonalý, ale být otevřený hledání cest, jak druhému co nejlépe porozumět a podpořit ho v tom, co je pro něj důležité.

Co byste poradil kolegům, kteří v sociálních službách teprve začínají? Do-

poručil byste vůbec práci v sociálních službách ostatním, kteří třeba stojí na křižovatce a vybírají si, jakou cestou se dát? Přece jen v očích veřejnosti bývá práce v sociálních službách nedoceněna.

Kolegům, kteří začínají, bych poradil hlavně trpělivost a otevřenou mysl. Začátky nebývají jednoduché a spouště věcí člověk porozumí až časem a praxí. Důležité je nebát se ptát zkušenějších kolegů, sdílet a učit se z každodenních situací. A také si připomínat, že změny u klientů často přicházejí v malých krocích. Práci v sociálních

službách bych určitě doporučil lidem, kteří hledají smysluplnou profesi a baví je práce s lidmi. Je pravda, že společenské ocenění této profese není vždy takové, jaké by si zasloužila. Na druhou stranu přináší velkou lidskou zkušenost a momenty, které mají skutečný význam. Pokud do ní člověk jde s respektem, pokorou a chutí učit se, může mu dát opravdu hodně.

Vzpomenete si na nějaký moment či silný příběh ze své praxe?

Vybavuji si klienta, který k nám přišel

před pěti lety. Předtím strávil dvacet let v psychiatrické nemocnici. Jeho každodenní agresivní projevy byly velmi náročné a dlouho jsme hledali jejich příčiny. Trvalo to dva roky, možná i déle. Postupně se ale ukázalo, že klíčem je důvěra, pocit bezpečí a možnost mít vlastní prostor. Dnes má jednolůžkový pokoj, který si vybavil vlastním nábytkem, umí si chránit soukromí, vaří, chodí do obchodu, vzdělává se a rozumí nám – stejně jako my jemu. A hlavně ví, že chyba neznámená trest, ale příležitost hledat řešení.

„Novým kolegům se snažím ukázat, jak může být dobrý vztah ke klientům obohacující,“ říká oceněná Pečovatelka roku Ivana Horáková

Ivana Horáková pracuje v Domově s pečovatelskou službou Třemošnice. Z člověka s velkým srdcem se stala zkušená profesionálka s mimořádnou empatií, trpělivostí a individuálním přístupem. Nebojí se náročné péče – zvládala situace od péče o umírající až po práci s klienty s těžkými diagnózami či bez přístřeší. Podle kolegyně si ocenění rozhodně zaslouží – její práce i lidskost jsou skutečně výjimečné.

■ **Text: Mgr. Ivana Vlnová,**
zástupkyně šéfredaktorky

Převzala jste si ocenění Národní cena sociálních služeb – Pečovatelka roku v kategorii Pracovník sociálních služeb v terénních službách a také Cenu veřejnosti. Co pro vás tato ocenění znamenají?

Ocenění jsou pro mě zavazující a zároveň motivující. Zavazující v tom, že chci pracovat v oboru sociálních služeb alespoň tak dobře, jako doposud, a motivující v tom, že lidé kolem mě, kteří mi dali svůj hlas a ocenili mou práci, mi dodali energii do dalších pracovních dní.

V sociálních službách pracujete už 22 let. Chtěla jste vždy pracovat v pomáhajících profesích? Jaká byla vaše cesta k této profesi?

V 15 letech jsem se chtěla stát zdravotní sestrou, ale bohužel osud tomu chtěl jinak. Když jsem se nedostala na tento obor, přišla mi do života další příležitost v podobě nabídky práce pečovatelky v Domově s pečovatelskou službou Třemošnice. Tato práce mi byla tak blízká, že jsem v oboru vydržela 22 let.

Jak se změnil váš pohled na profesi za dobu vašeho působení v oboru?

V začátcích mé profese mi připadalo, jako bychom o klienty pečovali téměř v domácím prostředí. Co klienti řekli, to jsme pro ně udělali. Ale postupem času se služba začala měnit. Přibýlo více administrativy. Každý klient je veden k zachování třeba i částečné soběstačnosti, důležité je nepřepočovávat. Zrovna toto bylo pro mě ze začátku obtížné.

Na ocenění vás nominovala Jana Endrychová, která vyzdvihla váš klidný a laskavý přístup ke klientům a také, že v pracovním kolektivu vytváříte příjemnou atmosféru. Kde čerpáte energii pro práci ve službách?

Nikdy jsem nebyla konfliktní člověk. A ke klientům se chovám tak, jak bych si přála, aby se ke mně někdo choval, až budu péči sama potřebovat. Tato práce mě nabíjí sama o sobě. To, co vydám, se mi i vrátí. A dalším zdrojem, odkud čerpám energii, je rodina a přátelé.

Věnujete se také zaučování praktkantů i nově příchozích pracovníků. Jaká je vaše rada těm, kteří s pečováním v sociálních službách začínají, nebo naopak zaučují pracovníky?

Většinou člověk hned ze začátku neví, co tato práce obnáší, a proto si myslím, že je potřeba vše vysvětlit v klidu a ukázat jak klady, tak i zápory této profese. Já se většinou snažím ukázat, jak může být dobrý vztah ke klientům obohacující.

Je něco, co by vám práci pečovatelky ulehčilo?

Myslím, že je to ve většině případů dobrá spolupráce s rodinami klientů. Protože občas musíme řešit nedorozumění s rodi-



nami, které by chtěly, abychom převzali veškerou zodpovědnost za péči o jejich rodinné příslušníky, i když toto už není v kompetenci pečovatelské služby.

Co vám pomáhá zvládnout náročná období?

V první řadě je to rodina a přátelé. A dalším pomocníkem je pracovní kolektiv, který mě vždy podržel a podpořil.

Na jaký moment ve své praxi jste nejvíce hrdá?

Takových momentů je určitě více. Například ve chvíli, kdy je přede mnou překážka v podobě náročné péče o klienta. Když se mi podaří takovou péči zvládnout, jsem na sebe hrdá a posunuje mě to dál.

Co si pro své pracoviště případně obor sociální práce přejete do budoucna?

Abychom měli stálou podporu Městského úřadu Třemošnice, který je naším zřizovatelem a spolupráce s ním je pro nás velmi důležitá a prospěšná. A já sama za sebe si přeji výborný pracovní kolektiv a spokojené klienty. *Děkujeme za rozhovor!*

„Z mého pohledu se zvyšuje prestiž pracovníků v sociálních službách,“ říká oceněná Pečovatelka roku Hana Lajnerová

Hana Lajnerová se dlouhodobě věnuje práci v sociálních službách, kde uplatňuje i své původní zdravotnické vzdělání – je vystudovaná zdravotní sestra. Už sedmým rokem vede denní stacionář v Lysé nad Labem, který spadá pod Centrum sociálních a zdravotních služeb Poděbrady. Propojuje zde zdravotní a sociální péči tak, aby byla pro klienty co nejbezpečnější a nejprínosnější. Oceněná je známá empatickým, klidným a profesionálním přístupem, díky kterému se daří vytvářet příjemnou atmosféru pro klienty i celý tým.

■ **Text: Mgr. Ivana Vlnová,**
zástupkyně šéfredaktorky

V lednu jste si převzala ocenění Národní cena sociálních služeb – Pečovatelka roku v kategorii Pracovník sociálních služeb v ambulantních službách. Jaké z toho máte pocity?

Ocenění si velmi vážím a vnímám jej jako ohodnocení práce celé naší organizace – Centra sociálních a zdravotních služeb Poděbrady.

Jste vystudovaná zdravotní sestra a již více než 30 let pečujete o seniory. Chtěla jste vždy pracovat v pomáhajících profesích? A co ovlivnilo vaši profesní dráhu?

K pomáhající profesi jsem se dostala shodou okolností. Jsem vystudovaná dětská sestra a tomuto oboru jsem se část profesního života i věnovala. Pracovala jsem na neonatologickém oddělení a po mateřské dovolené jsem nastoupila do jeslí, které však byly posléze celostátně zrušeny. V tom čase jsem dostala nabídku pracovat v pobytových sociálních službách na zdravotním úseku, kterou jsem přijala a doplnila si maturitní specializační studium v oboru péče o dospělé. Po 26 letech působení v pobytových službách jsem přešla do Centra sociálních a zdravotních služeb Poděbrady, kde pracuji v denním stacionáři se seniory.

Nahlížíte na svou profesi jinak než v začátcích vašeho působení v oboru?

V sociálních službách pracuji od roku 1991 a mohu jen s radostí konstatovat, že se z mého pohledu zvyšuje prestiž pracov-

níků v sociálních službách. Je kladen větší důraz na jejich celoživotní vzdělávání, což je pozitivní a promítá se to do poskytované péče. Práci pečovatelkám velmi usnadnily jednorázové pomůcky – např. inkontinenční pomůcky, rukavice nebo technické „vy-možnosti“ jako třeba zvedáky. Zažila jsem též i dobu, kdy tomu tak nebylo.

Na ocenění vás nominoval Jan Přibán, který mimo jiné zmínil vaši schopnost aktivizovat klienty. Vaše práce byla dokonce oceněna i na XXV. ročníku celostátní soutěže Šikovné ruce našich seniorů. Povězte nám více o aktivitách, kterým se s klienty věnujete. Kde nacházíte inspiraci?

Inspiraci nacházím v životě kolem sebe, ale i v našem malebném městě. Jsem člověk milující hudbu, přírodu, kulturu... Mám radost z navázané, dobře fungující a dlouholeté spolupráce s městskou knihovnou, turistickým informačním centrem, Muzeem Bedřicha Hrozného, ale např. i s ORL ambulancí v Lysé nad Labem, pro kterou již několik let tvoříme hračky pro malé pacienty. Velkým obohacením pro naše klienty jsou i mezigenerační setkání s dětmi, výlety na zajímavá místa v Lysé, která se snažím okořenit i trochou historie. Přitom čerpám mimo jiné z knihy „Lysá nad Labem – barokní perla Polabí“, jejíž vznik jsem iniciovala a pomáhala při její tvorbě. Před lety jsem absolvovala ergoterapeutický kurz pod vedením švýcarských odborníků, což byla také zajímavá zkušenost. Měla jsem možnost poznat – a to i díky Asociaci poskytovatelů sociálních služeb ČR, jak probíhá aktivizace seniorů v obdobných zařízeních v zahraničí. Dnes už by však za hranicemi mohly čerpat inspiraci od nás, a to na ojedinělé výstavě „Šikovné ruce našich seniorů“, která je organizována naším Centrem sociálních a zdravotních služeb Poděbrady již po mnoho let a která je inspirací pro nás pro všechny.

Jaký by podle vás měl být člověk, který pracuje na pozici pracovníka v sociálních službách?

Důležitou vlastností, kterou by měl pracovník v sociálních službách mít, je především slušnost, umění empaticky se vcítit a naslouchat druhému, dobře komunikovat, umět přizpůsobit své pracovní tempo, být trpělivý, nehodnotit, nepřepočovávat, ale i vnášet pozitivní energii.

Při své práci se také věnujete pomoci mladším pracovníkům. Co byste doporučila kolegům, kteří s pečováním v sociálních službách začínají, nebo naopak zaučují nové kolegy?

Abyste využívali své přednosti – mládí, nenechali se od této práce odradit při případném prvním „nezdaru“, nestyděli se požádat o radu zkušenější kolegy, vzdělávali se a též, aby nezapomínali pečovat sami o sebe, zejména v oblasti psychohygieny. Já osobně mám velmi dobrou zkušenost s individuální supervizí.

Je něco, co by vám práci pečovatelky ulehčilo?

Když to vezmu v obecné rovině, bylo by přínosné, kdyby na pozici pečovatelů pracovalo více mužů, a to z mnoha důvodů. Muži do pečovatelských týmů přinášejí nepostradatelnou kombinaci fyzické zdatnosti a empatie a podílí se mimo jiné na vyváženosti týmu.

Práce ve službách není vždy jednoduchá. Co vám pomáhá zvládnout těžké chvíle?

Mám štěstí, že pracuji v organizaci, kde je empatické vedení, a pokud se vyskytne nějaký problém, tak jej řešíme. Důležitá je samozřejmě i podpora kolegů, čehož si moc vážím, protože mít na pracovišti dobrý tým, na který se můžete spolehnout, není samozřejmostí. Velkou oporou je v neposlední řadě i moje rodina a zájmy. Ve volném čase se věnuji například hudbě, akvaristice a jsem aktivním členem Spolku rodáků a přátel města Lysá nad Labem.

Jaký moment z praxe ve vás za tu dobu, co pracujete jako pečovatelka, nejvíce rezonoval?

Je těžké zmínit pouze jeden moment, ale vždy nejen mě, ale i kolegy potěší spokojenost klientů i jejich rodinných příslušníků s našimi službami, díky kterým mohou klienti setrvat ve svém přirozeném prostředí, a my vidíme, že naše práce má smysl. Snažíme se naplnit motto naší organizace „Domov je doma“ a věřím, že se nám to v mnoha případech podařilo.

Co organizaci, ve které pracujete, přejete do budoucích let?

Naši organizaci přejí především hodně spokojených klientů, stabilní a kvalitní tým pracovníků a hřejivý pocit z dobře odvedené práce pro druhé.

Děkujeme za rozhovor! ■■■

ZEFEKTIVNĚNÍ PROVOZU PRADELNY

ERGONOMIE A HYGIENA V HLAVNÍ ROLI

CLEANLIFE

Inovace | Technologie | Čistota

V provozech sociálních služeb se pozornost často upírá k distribuci čistého prádla na oddělení. Klíčovým článkem řetězce je však samotné „srdce“ zařízení – vnitřní prostor prádelny. Právě zde dochází k nejnáročnější manipulaci s materiálem, ať už jde o třídění suchého špinavého prádla, nebo transport těžkých mokrých lůžkovin z praček k sušičkám. Správná volba manipulační techniky v tomto kroku zásadně ovlivňuje efektivitu práce i zdraví personálu.

Provoz v uzavřeném cyklu prádelny má svá specifika. Na rozdíl od transportních vozíků určených pro chodby a pokoje klientů, musí technika uvnitř prádelny splňovat přísné nároky na odolnost vůči vlhkosti, snadnou dezinfekci, a především špičkovou ergonomii.

Ergonomie jako prevence nemocí z povolání

Manipulace s mokrým prádlem patří k fyzicky nejnámáhavějším úkonům. Neustálé ohýbání se do hlubokých košů pro těžké kusy textilu představuje enormní zátěž pro bederní páteř a ramenní klouby. V moderních provozech se proto standardem stávají vozíky s pružným dnem.

Princip je jednoduchý, ale vysoce efektivní: díky pružinovému mechanismu se dno vozíku plynule zvedá nebo klesá v závislosti na hmotnosti nákladu. Personál tak odebírá nebo vkládá prádlo vždy v ideální manipulační výšce, bez nutnosti hlubokého předklonu. Tento systém nejen zrychluje proces plnění praček a sušiček, ale je především zásadní investicí do zdraví zaměstnanců a prevence dlouhodobých absencí.



Materiály pro náročné prostředí

Vnitřní logistika prádelny vyžaduje materiály, které odolají specifickému mikroklimatu. Pro manipulaci s mokrým, právě vypraným prádlem jsou ideální vozíky vyrobené z HDPE plastu (polyethylen s vysokou hustotou), který je pevný, odolný a chemicky stálý. Je recyklovatelný a pro své vlastnosti se používá na kanystry, potrubí, odolné obaly či zdravotně nezávadné nádoby.

Důležitým detailem jsou také pojezdová kolečka. Pro vnitřní provoz jsou optimální nešpinící běhouny, které nezanechávají stopy na podlaze a zajišťují tichý chod i při přejezdech prahů či odtokových mřížek.

Oddělení procesů pro vyšší standard čistoty

Je důležité důsledně rozlišovat mezi technikou určenou pro vnitřní provoz prádelny a vozíky pro sběr a rozvoz prádla na oddělení. Zatímco na odděleních hraje roli design, skladnost a možnost uzavření, v samotné prádelně je prioritou rychlý přístup, objem a prodyšnost.

Speciální kontejnery a vozíky z HDPE plastu jsou navrženy tak, aby umožňovaly cirkulaci vzduchu a snadné čištění. Použití dedikovaných vozíků pro mokrou a suchou fázi procesu uvnitř prádelny navíc minimalizuje riziko křížové kontaminace a pomáhá udržovat nastavený hygienický plán.

Závěrem

Modernizace vnitřní logistiky prádelny nemusí znamenat nákup složitých automatizovaných systémů. Často stačí nahradit nevyhovující statické koše ergonomickou technikou, která respektuje přirozený pohyb lidského těla. Výsledkem je plynulejší provoz, méně fyzické únavy personálu a v konečném důsledku i kvalitnější péče o samotný textil.

Široký výběr profesionálních řešení pro vnitřní manipulaci v prádelnách i následnou distribuci prádla v sociálních službách naleznete na stránkách společnosti CLEANLIFE.

Příklady anamnézy spirituálních, etických a morálních přesvědčení

Poté, co jsme se seznámili s pojmy spiritualita, spirituální péče, spirituální potřeby a bolesti, můžeme se zastavit u nástrojů, pomocí nichž lze zjišťovat přesvědčení, postoje, přání a zdroje v oblasti spirituality, religiozity, etiky a morálky. Budeme se pohybovat zejména v prostředí rozhodování o péči v závěru lidského života a paliativní péče.

■ **Text: ThLic. Ing. René Milfait, Ph.D.,**
spolupracovník Domáciho hospice
Emanuel (Oblastní charita Chrudim),
člen Rady Sekce pro etiku v paliativní
péči ČSPM, Společnosti lékařské etiky
ČLS JEP a Oborové rady Ph.D. programu
Bioetika na 1. LF UK v Praze

Tyto nástroje mohou všem zú-
částněným pomoci promýšlet
a formulovat ona přesvědče-
ní, přání, názory, preference,
zdroje a přispět k eticky fundovanému
rozhodování. Anamnézu je vhodné zdoku-
mentovat jako alternativu dříve vyslovené
přání pacienta nebo doplnění k němu
a mít ji po ruce. Jedná se o podporu zjiš-
ťování a formulování vůle pacienta nebo
jeho příbuzných/blízkých. Pro strukturo-
vané vnímání, standardizované zjišťování
a otevřené dotazování byly proto v posled-
ních letech vypracovány různé manuály
pro interview (nástroje assessmentu) za-
měřené na **spirituální dimenzi a etická
přesvědčení a postoje**. Některé si před-
stavíme.

➤ NASCA

Pro zjišťování spirituálních potřeb byla
tedy například koncipována metodika
NASCA (Neumünster Assessment für Spi-
ritual Care im Alter / pro spirituální péči
ve stáří), jež se orientuje podle tří základ-
ních otázek života, aby se dozvěděla o spi-
rituálních zdrojích dotčené osoby.

Ony tři základní otázky zní:

1. Co mi dává sílu a naději?
2. Kde/jak/kdy se cítím být v bezpečí?
3. Co dává mému životu smysl? Kde nacházím smysl?

První otázka je rozvedena například tě-
mito podotázkami:

- Na kterých místech a prostřednictvím jakých předmětů můžete čerpat sílu? Co vás posiluje?
- Které osoby vám zprostředkovávají důvěru a naději?
- Které (náboženské) rituály vám dodávají sílu a jistotu?
- Jakým způsobem vám víra v Boha poskytuje oporu a naději?

- Jakým způsobem zvládáte náročné situace (copingové strategie)?
- Co vám pomáhá unést zátěž a stres?

Druhá otázka je rozvedena takto:

- U kterých osob se cítíte být dobře přijímán/a a v bezpečí?
- V jakém prostředí zakoušíte pocit bezpečí a jistoty?
- Kdy a jakým způsobem vám jaký druh doteku zprostředkovává pocit bezpečí a zakotvenosti?
- Jaký význam má pro vás náboženská slavnost či příslušnost k náboženskému společenství?
- Jakým způsobem zakoušíte, že jste nesen/a či podpírán/a Bohem?

Třetí základní otázka je konkretizována následovně:

- V jakých situacích či při jakých činnostech prožíváte naplnění (při konání, prožívání či vychutnávání něčeho)?
- Co je ve vašem životě či životním příběhu významné? Na co jste hrdý/hrdá?
- Které vzpomínky spojené s vaším životním příběhem jsou pro vás důležité?
- Na čem vám obzvláště záleží? Co je pro vás zásadní, důležité?
- Kde nacházíte oporu, když vás postihne těžká životní zkouška či osudová událost?

INZERCE

Naše stroje DOMUS pro malé i velké pradelny

nabízíme prádelenskou techniku: hygienické pračky

sušiče, mandly, žehličky, vyvíječe páry, stoly, klece, vozíky..

DOMUS
LAUNDRY CZ s.r.o.



více na www.domuslaundry.cz

» Příklad tzv. „hodnotové“ anamnézy

Na klinice Lüneburg pracují s těmito otázkami ve smyslu **osobních postojů** jako základu pro **etická rozhodnutí**.

V kontextu **aktuální situace** jsou předloženy následující dotazy:

- Co pro vás činí život osobně hodnotným?
- Co je pro vás v současné době důležité pro dobrý život?
- Jaké obavy máte v souvislosti se svým zdravotním stavem?

V souvislosti s **potřebami/kvalitou života** zaznívají tyto otázky:

- Pokud myslíte na své sociální prostředí, přátele a rodinu: Jaká přání a potřeby máte?
- Čeho byste byl/a ochoten/ochotna se zříci, jaká omezení byste vzal/a v potaz?
- Představíte-li si život bez vlastní pohyblivosti, případně při úplné upoutanosti na lůžko: co je pro vás ještě myslitelné? Co byste byl/a ochoten/ochotna přijmout?
- Co si představujete při pomyslení na život bez možnosti samostatného příjmu potravy?
- Popište prosím, zda je pro vás představitelný život v roli osoby odkázané na péči s trvalou pomocí při tělesné hygieně.
- Dokážete si představit život bez verbální komunikace, a to i bez využití moderních technických pomůcek?
- Jak důležité je pro vás žít bez bolesti? Přál/a byste si být bez obtíží díky intenzivní léčbě bolesti, i za cenu omezení vaší duševní bdělosti?

U tématu **Život a smrt** se objevuje:

- Když přemýšlíte o závěrečné fázi svého života a o umírání, jakým způsobem byste si přál/a zemřít?
- Jak jste prožíval/a umírání ve svém osobním blízkém okolí?
- Jaké obavy/strachy, přání a naděje máte ve vztahu ke své závěrečné fázi života?
- Přál/a byste si, aby vás lékaři plně informovali o vašem zdravotním stavu, včetně sdělení, že již není možné vyléčení, není už možná kurativní léčba?
- Jaký je váš postoj k darování orgánů? Přijal/a byste orgán v případě, že by to bylo nezbytné? Jste sám/sama ochoten/ochotna darovat orgány?

- Existují osoby, kterým důvěřujete a které by vás měly provázet v závěrečné fázi vašeho života?

A konečně ve spojitosti s **vlastní spiritualitou** jsou kladeny otázky:

- Jaká náboženská, spirituální či osobní přesvědčení jsou pro vás vzhledem k vašemu životu a umírání důležitá?
- Jak významná jsou vaše přesvědčení ve vašem každodenním životě?
- Co byste rád/a ještě sdělil/a?

Je vidět, že jde o narativní kritickou sebeanalýzu a sebeposouzení pro sebe porozumění aktuálně nebo prospektivně při konfliktech ohledně cílů léčby/péče a rozhodování, přičemž se prolínají spirituální i etické aspekty.

» Závěrem

Uvedené otázky mohou být projednány v okruhu důvěrných osob a odpovědi pak zaznamenány. Individuální zodpovězení otázek, a to i částečné, má velký význam pro medicínská rozhodnutí i s ohledem na další léčebná opatření. Tato anamnéza zacílená speciálně na jednotlivé pacienty by měla být uchovávána jako dokument v peněženke nebo digitálně uložena v mobilním telefonu tak, aby byla k dispozici při případném přijetí do nemocnice.

Spirituální zdroje mohou být výslovněji tematizovány tehdy, mají-li profesionální pomáhající profese možnost je v rámci anamnestického rozhovoru u pacienta cíleně zjišťovat a klinicky posuzovat. Na základě takto vedených rozhovorů může celý tým zvažovat, jak adekvátně reagovat na potřeby pacienta a jeho vztahového systému. Příště si můžeme prezentovat další přístupy a příklady.

Použitá literatura

- AULBERT, Eberhard, Friedemann NAUCK, Lukas RADBRUCH: *Lehrbuch der Palliativmedizin*. 2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage. Stuttgart: Schattauer, 2007.
- KLINIKUM Lüneburg. Individuelle Wünsche im Fokus Formulierung einer Werteanamnese. Formulierung einer Werteanamnese / Patientenverfügung.
- Spiritual Care im Alter. Eine Einführung für Pflegende und Begleitende. NASCA. 2018.

Poradna konceptu Bazální stimulace



Na dotazy čtenářů odpovídá **PhDr. Karolína Maloně Friedlová, Ph.D.**, certifikovaná lektorka a supervizorka, jednatelka INSTITUTu Bazální stimulace podle Prof. Dr. FRÖHLICHA, s. r. o.

Dotaz:

Dobrý den,

pracuji jako pečovatelka v domově pro seniory a chtěla jsem se zeptat, v jakých polohách můžu u seniorů provádět masáž stimulující dýchání. Někteří seniori mají problém udržet polohu vsedě.

S. M., přímá péče

Odpověď:

Masáž stimulující dýchání lze aplikovat v různých pozicích. U zcela imobilních seniorů ji aplikujeme vleže na boku. Je nutné, aby byl klient dobře stabilizovaný. Doporučuji před jeho trup i pánev umístit polštář nebo polohovací pomůcku. Rovněž je nutné vložit mezi dolní končetiny polštář, aby byl ve správné pozici kyčelní kloub dolní končetiny, jenž je nahoře. Masáž stimulující dýchání se velmi dobře aplikuje vsedě. Pokud lze klienta posadit, může sedět na posteli a mít spuštěné dolní končetiny z lůžka. Plosky nohou musí mít opřené o podložku. V případě, že má senior problém se stabilitou sedu, umístěte před něho jídelní stůlek tak, aby se mohl opřít o stůlek celými předloktími. Seniora můžete k masáži stimulující dýchání posadit také na židli nebo do křesla ke stolu. Sed bude stabilnější, když opře předloktí o stůl.

Pro strukturované vnímání, standardizované zjišťování a otevřené dotazování byly proto v posledních letech vypracovány různé manuály pro interview (nástroje assessmentu) zaměřené na spirituální dimenzi a etická přesvědčení a postoje.

Exekuce příjmů a peněz na účtu z pohledu ombudsmana

Při exekuci vymáhá dluh soudem pověřený soudní exekutor. Vymáhání soudem bez soudního exekutora se nazývá výkon rozhodnutí. Správní úřad může vést správní (daňovou) exekuci. Vymáhá se tzv. exekuční titul, který ukládá vymáhanou povinnost, např. rozsudek soudu, úřední rozhodnutí, rozhodčí nález, platební výměr, příkaz. Lze vymáhat i notářský zápis (dříve také exekutorský zápis), podle kterého dlužník dopředu slíbil zaplatit a souhlasil s vymožením. Tento článek se věnuje vymáhání příjmů podle pravidel srážek ze mzdy a postihu bankovních účtů, kde se mohou nacházet vyplacené příjmy.

■ **Text: Mgr. Marek Blecha,**
právník odboru sociálního zabezpečení
Kanceláře veřejného ochránce práv
a ochránce práv dětí

► Jak zjistit informace o exekuci a jejích důvodech

Dlužník se o exekuci dozví například z počáteční výzvy soudního exekutora k platbě do 30 dnů, z vyrozumění plátce příjmu o srážkách nebo od banky o obstaveném účtu. Může si zjistit informace i z následujících zdrojů.

Exekutorská komora ČR vede Centrální evidenci exekucí (www.ceecr.cz) s údaji o probíhajících exekucích prováděných soudními exekutory, které se zde evidují po 30denní lhůtě k platbě z počáteční výzvy soudního exekutora a mažou se do 15 dnů od konce exekuce. Dálkový přístup je zpoplatněn. Nejsou zde podrobné informace o samotných dlužích, exekučních titulech ani údaje o soudních výkonech rozhodnutí nebo správních (daňových) exekucích. Na elektronické centrální úřední desce Exekutorské komory ČR (<https://centralni-deska.cz/>) mohou být vyvěšeny výzvy k vyvednutí exekučních písemností.

Dlužník může požádat okresní soud o výpis soudních řízení proti němu vedených a vyžádat si jejich spisy k nahlédnutí včetně dokumentace k soudnímu výkonu rozhodnutí nebo exekuci. Údaje k exekuci obsahuje zejména spis u soudního exekutora. U exekucí zahájených od 1. 1. 2022 zašle soudní exekutor dlužníkovi na jeho žádost elektronickou kopii spisu.

Dlužník může požádat o informace o svých závazcích, dlužích finanční úřad, správu sociálního zabezpečení nebo zdravotní pojišťovnu. U daňové exekuce by měl vymáhající úřad zaslat dlužníkovi předexekuční výzvu. Nelze na to spoléhat. Úřad, který uložil dlužníkovi povinnost zaplatit, mu musí na jeho žádost sdělit výši dluhu a umožnit nahlédnout do spisu, pořídit si kopie dokumentů.

► Včasná platba nebo odklad exekuce a posečkání

Úhradou dluhu do 30 dnů od začátku exekuce sníží dlužník její náklady (podle výše dluhu až na přibližně 3 tis. Kč, jinak činí nejméně kolem 6,6 tis. Kč a více). Může zaplatit přímo věřiteli, čímž se nesníží odměna soudního exekutora. Tomu může zaplatit i z obstaveného bankovního účtu. Nachází-li se dlužník bez své viny přechodně v situaci, kdy by pro něj nebo jeho blízké měla okamžitá exekuce zvláště nepříznivé následky a odklad exekuce nepoškodí zájmy věřitele, lze na návrh dlužníka exekuci odložit. I bez návrhu je možné exekuci odložit, lze-li očekávat, že bude zastavena.

U daňové exekuce může vymáhající úřad povolit tzv. posečkání (žádost zpoplatněna 400 Kč), kdy dlužník buď po stanovenou dobu nemusí platit, nebo má dluh rozložen na splátky. Posečkání lze povolit, pokud by neprodlená úhrada pravděpodobně mohla přivodit vážnou újmu (např. ztrátu bydlení při nemožnosti splácet hypotéku), ohrožení výživy dlužníka nebo na něj výživou odkázaných osob, zánik podnikání s nižším zbytkovým přínosem než jinak očekávaný budoucí daňový výnos, není-li možné vybrat daň najednou, anebo lze očekávat částečný či úplný zánik vymáhané povinnosti.

► Postižitelnost příjmů

Některé příjmy jsou exekučně zcela nepostižitelné, například dávky pro osoby se zdravotním postižením (příspěvek na mobilitu, příspěvek na zvláštní pomůcku), příspěvek na péči, dávky pomoci v hmotné nouzi (příspěvek na živobytí, doplatek na bydlení, mimořádná okamžitá pomoc), dávka státní sociální pomoci (tzv. superdávka), dávky státní sociální podpory (s výjimkou rodičovského příspěvku). Omezené postižitelné

podle pravidel srážek ze mzdy jsou například mzda, plat a jejich náhrady, nemocenské, důchody, stipendia, peněžitá pomoc v mateřství, rodičovský příspěvek, podpora v nezaměstnanosti, podpora při rekvalifikaci.

► Rozsah srážek

Vychází-li po odečtu základní (nezabavitelné) částky část příjmu nad 31 521 Kč, srazí se tato část bez omezení. Pod tuto hranici se z příjmu nepostihne jednak 14 101,50 Kč (tzv. nezabavitelná částka), nepostihne se ani dalších 3 525,38 Kč připadajících na manžela nebo registrovaného partnera, má-li starobní důchod, invalidní důchod pro invaliditu druhého nebo třetího stupně či sirotčí důchod. Rovněž se nepostihne 3 525,38 Kč na každé dítě, kterému je dlužník povinen poskytovat výživné, nejde-li o vymáhání tohoto výživného. Ze zbývajících finančních prostředků je jedna třetina postižitelná pro nepřednostní pohledávky (např. dluh vůči soukromé obchodní společnosti) a spolu s druhou třetinou pro přednostní pohledávky (např. dluhy na výživném, z daní). Třetí třetina zůstává dlužníkovi (srov. tabulku a příklad níže). U více plátců příjmu jim vymáhací orgán určí, kdo v jakém rozsahu zachová nezabavitelnou částku.

Při exekuci (nebo výkonu rozhodnutí) čtyř či více nepřednostních pohledávek vůči témuž plátcí příjmu se srazí jako pro přednostní pohledávky, ledaže byl dlužníkovi přiznán starobní důchod, invalidní důchod pro invaliditu druhého nebo třetího stupně nebo sirotčí důchod a zmíněná srážková třetina vychází do 1 089 Kč.

Příklad: Důchodkyně s důchodem 20 000 Kč, manželem, kterému byl přiznán starobní důchod, a s exekucí nepřednostní pohledávky – výše srážky činí 791 Kč a z důchodu zůstává 19 209 Kč, neboť základní částka 14 101,5 Kč + 3 525,38 Kč = po zaokrouhlení na celé koruny nahoru 17 627 Kč, třetiny celkem 20 000 Kč - 17 627 Kč = 2 373 Kč (nepřekračuje 31 521 Kč), jedna třetina a zároveň výše srážky 2 373 Kč : 3 = 791 Kč, zůstatek 20 000 Kč - 791 Kč = 19 209 Kč.

Platí-li dlužník ze svého důchodu úhradu nákladů za poskytování sociální služby poskytované v pobytové formě, nepodléhá výkonu rozhodnutí částka potřebná na úhradu nákladů za poskytování sociální služby a částka rovnající se povinnému zůstatku (při pobytu v týdenních stacioná-



ombudsman
veřejný ochránce práv

Základní částka zůstává dlužníkovi			Postižitelné pro nepřednostní a přednostní pohledávky	Postižitelné pro přednostní pohledávky (nepřednostní při min. 4 exe.), jinak zůstává dlužníkovi	Zůstává dlužníkovi	Postižitelné bez omezení pro nepřednostní a přednostní pohledávky
Dlužník	Manžel nebo partner	Dítě nebo děti	První třetina	Druhá třetina	Třetí třetina	Nad 31 521 Kč po odečtení základní částky
14 101,50 Kč	3 525,38 Kč	3 525,38 Kč × počet dětí	Dopočte se podle výše příjmu	Dopočte se podle výše příjmu	Dopočte se podle výše příjmu	Dopočte se podle výše příjmu

řích 25 % příjmu, při čerpání jiné pobytové sociální služby 15 % příjmu).

Lze využít i exekuční kalkulačky na webu Exekutorské komory ČR (<https://ekcr.cz/srazky-ze-mzdy>) nebo Ministerstva spravedlnosti (<https://exekuce.justice.cz/vypočet-srazek-ze-mzdy/>).

➤ Postih bankovního účtu a chráněný bankovní účet

Soudní exekutor před postižením účtu u banky nezkoumá původ peněz na účtu, proto se blokáce prakticky dotkne i příjmů zcela nepostižitelných nebo částečně nepostižitelných a již postižených srážkami ze mzdy. Banka může ze zablokovaného účtu jednorázově vyplatit dlužníkovi trojnásobek životního minima, celkem 14 580 Kč. Dlužník může požádat plátce příjmu o změnu způsobu výplaty, informovat soudního exekutora, případně mu podat do 15 dnů návrh na (částečné) zastavení exekuce. Pokud exekutor takovému návrhu nevyhoví, postoupí návrh k rozhodnutí soudu. Chráněný příjem neztrácí svoji povahou výplatou na bankovní účet, což zdůraznil i Ústavní soud v nálezu ze dne 8. 11. 2016, sp. zn. IV. ÚS 121/16 (<http://nalus.usoud.cz>).

Ombudsman dlouhodobě usiloval o možnost pro dlužníky mít k běžnému účtu u banky (jako podúčtu) chráněný účet, exekučně nepostižitelný, která byla postupně

zavedena. Ke zřízení chráněného účtu lze využít formulář Ministerstva spravedlnosti (<https://exekuce.justice.cz/potvrzeni-k-chranenemu-uctu-2/>). Zřízení chráněného účtu není zcela jednoduché. Dlužník požádá plátce o potvrzení o výplatě nepostižitelného příjmu a exekutora, aby bance oznámil čísla účtů, ze kterých pro dlužníka přicházejí takové příjmy. Poté dlužník požádá banku o zřízení chráněného účtu. Může to za něj případně vyřídít soudní exekutor (dlužník v tom ale může být rychlejší). Pouze k jednomu účtu dlužníka lze mít chráněný účet. Banka tam převede nevybranou část trojnásobku životního minima z blokovaného účtu.

➤ Další ochrana a náprava

Pokud soudní exekutor v exekuci nepostupuje správně nebo je nečinný, může se dlužník obrátit se stížností na dohledové orgány a požádat je o prověření postupů soudního exekutora. Dlužník může podat stížnost odboru dohledu a kárné agendy Ministerstvu spravedlnosti, předsedovi okresního soudu, který exekutora v konkrétní věci pověřil provedením exekuce, nebo předsedovi okresního soudu, do jehož obvodu je exekutor jmenován, případně Exekutorské komory ČR. Tento stížnostní mechanismus ale nenahradí kroky dlužníka v samotném exekučním řízení (např. podání návrhu na zastavení exekuce apod.).

Má-li dlužník za to, že nesprávným postupem soudního exekutora mu byla způsobena škoda, může se domáhat odškodnění. Pokud soudní exekutor chyboval při exekuci, odpovídá za související škodu stát i soudní exekutor. Žádost o odškodnění může dlužník podat u odboru odškodňování Ministerstva spravedlnosti. Pokud ten nereaguje do šesti měsíců či odmítne odškodnit, může dlužník podat žalobu soudu. Za škodu při další exekutorské činnosti (např. právní pomoc, úschovy na žádost) odpovídá sám soudní exekutor a odškodnění se lze rovnou domáhat žalobou soudu.

Ombudsman nebo dětský ombudsman se může zabývat postupem dohledových orgánů – Ministerstva spravedlnosti a předsedy soudu, bude-li mít dlužník za to, že dohledový orgán nepostupoval při prověřování jeho výhrad správně. Ombudsman nebo dětský ombudsman se také může zabývat srážkami z příjmu prováděnými úřadem, například Českou správou sociálního zabezpečení z důchodu. Nemůže však přímo prověřit postup soudního exekutora ani vytýkat soudu jeho rozhodnutí v samotném exekučním řízení, že například nevyhověl návrhu dlužníka na zastavení exekuce, který soud postoupil soudní exekutor.

Příští článek o exekucích od Kanceláře veřejného ochránce práv a ochránce práv dětí se bude věnovat exekucím věcí včetně bydlení a oddlužení. ■

XXVI. ročník soutěže Šikovné ruce našich seniorů – pro radost a potěšení

Centrum sociálních a zdravotních služeb Poděbrady vyhlásilo XXVI. ročník soutěže Šikovné ruce našich seniorů – pro radost a potěšení. Soutěž je určena pro uživatele terénních sociálních služeb, kluby důchodců a ostatní seniorské skupiny (STP, SPCCH, Sdružení Parkinson a další), domovy pro seniory a pro seniory žijící v domácnostech. Cílem soutěže je motivovat seniory k činnostem na zadané téma, podpořit jejich talent a umožnit jim

prezentovat své práce ostatním. Přihlášky zasílejte do 25. 5. 2026. Záštitu nad soutěží převzala APSS ČR. Práce účastníků soutěže budou prezentovány na Výstavišti Lysá nad Labem během celorepublikové výstavy Senior – Šikovné ruce našich seniorů, která se uskuteční ve dnech 18.–21. 6. 2026.

Soutěží se v těchto činnostech – ruční práce, literární práce.

■ Ruční práce, které jste vytvořili v průběhu posledního roku z různých druhů materiálů i různými technikami, napří-

klad vyšívaní, háčkování, pletení, malování, práce ze dřeva, kovu, hlíny apod., můžete přihlásit do soutěže do 25. května 2026.

■ Literární práce na téma „Vzpomínky na školu“ – počet prací je omezen na 2 prózy do tří stran textu (povídka, fejeton, vyprávění...) a na maximálně tři básně. Soutěžní práce lze zasílat elektronicky ve formátu Word do 25. května 2026.

Za organizátory Bc. Věra Součková. ■

Intimita není tabu.

Ani u lidí s hendikepem

Chcete navázat vztah a nevíte jak? Trápí vás otázky v oblasti sexuality? Nebo potřebujete probrat něco velmi osobního, ale nevíte s kým?

Takové situace mohou potkat každého člověka – člověka s hendikepem nevyjímaje. Zatímco většina lidí hledá odpovědi mezi přáteli, na internetu nebo v literatuře, lidé s tělesným postižením často řeší specifické otázky a obtížněji nacházejí bezpečný prostor, kde by o nich mohli mluvit otevřeně a bez obav.

Právě proto nabízí Liga vozíčkářů bezplatné intimní poradenství. Klienti a klientky se mohou obracet telefonicky, e-mailem i osobně. Poradenství vytváří bezpečný a odborně vedený rámec pro témata vztahů, tělesnosti, sexuálního zdraví i nastavování osobních hranic. Důraz je kladen na respekt, informovaný souhlas a podporu sebeurčení.

V praxi se potvrzuje, že sexualita zůstává v sociálních službách často opomíjeným tématem. Přitom právě možnost o ní mluvit přispívá k posilování důstojnosti, zdravých vztahů i prevenci rizikových situací. Sexualita lidí se zdravotním postižením není nadstandardní potřebou – je přirozenou součástí lidského života.

Z těchto zkušeností vznikla také osvětová akce Sexy den, která otevírá téma intimity veřejně, odborně a bez předsudků. Šestý ročník se uskuteční 11. května 2026 v Cabaretu des Péchés v Brně. Návštěvníky čeká odpolední odborná diskuze se zástupci společnosti Freya – institutu sexuality a vztahů, terapeutkou pro oblast intimního života Centra Paraple Ivou Hradilovou, psychoterapeutkou Janou Matulovou a intimní poradkyní Terezou Zachovou z Ligy vozíčkářů.

Zábavný Sexy Gala večer pak nabídne stand-upy Petra Soukupa – Eromantik a Kateřiny Kat Haškové

– Partnerství na stojáka. Na otázky o tajích tantry bude odpovídat průvodkyně tantrou, Jana Kolářková. Chybět nebude „Intim box“ pro anonymní dotazy ani bohatý doprovodný program a tematická tombola.

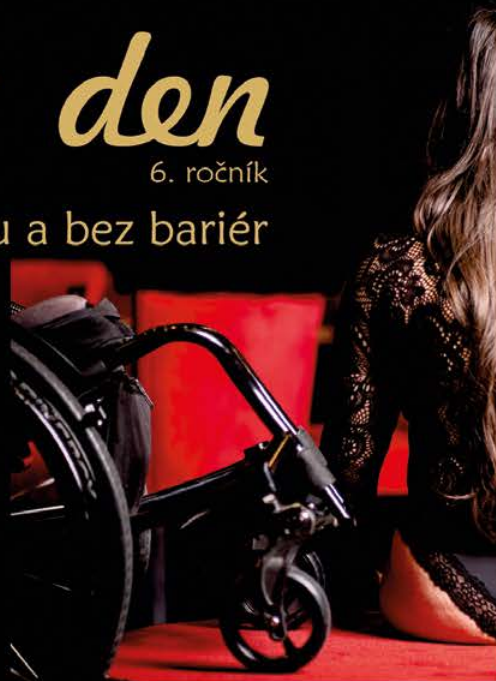
Přijďte se přesvědčit, že o intimitě se dá mluvit otevřeně, citlivě a s respektem. Sexy den je pro všechny, kteří chtějí bourat mýty a podpořit důstojný přístup k sexualitě lidí s hendikepem.

Pro aktuální informace sledujte sociální síť Ligy vozíčkářů.

Sexy den

6. ročník

... bez tabu a bez bariér



Odpolední program je určen pro všechny osoby se zdravotním postižením, jejich doprovod, pečující, rodiče, studenty a pedagogy odborných škol, sociální pracovníky a poskytovatele sociálních služeb.

Sexy Gala večer



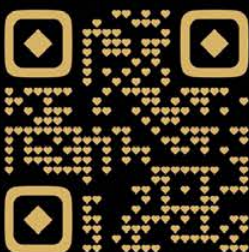
Jana Kolářková



Kateřina Hašková



Petr Soukup



Večerní program: stand-upy, tantra, cabaretní vystoupení, hříšná tombola, lákavý doprovodný program. Přijďte se pobavit, uvolnit a podpořit naši organizaci účastí na tomto jedinečném benefičním představení.

Vstupenky zakoupíte na smsticket

11. května 2026, Brno

pořádá:

v prostěrách:



CABARET
— DES PÉCHÉS —

Kvíz - Rým

Doplňte rým, který vás jako první napadne k danému zvířeti/hmyzu.

- | | | |
|-----------|-----------|-------------|
| 1. Holub | 11. Muška | 21. Kůň |
| 2. Kanec | 12. Kočka | 22. Lev |
| 3. Husa | 13. Osel | 23. Králík |
| 4. Tapír | 14. Had | 24. Vlk |
| 5. Kráva | 15. Liška | 25. Ryba |
| 6. Krůta | 16. Slon | 26. Kozel |
| 7. Vepř | 17. Čáp | 27. Býk |
| 8. Pavouk | 18. Ara | 28. Kuře |
| 9. Myš | 19. Zajíc | 29. Sova |
| 10. Pes | 20. Rak | 30. Slepice |

Možné řešení:
 1. holub – klub; 2. kanec – hrnec; 3. husa – pusa; 4. tapír – papír; 5. kráva – tráva; 6. krůta – lůta; 7. vepř – pepř; 8. pavouk – klobouk; 9. myš – plyš; 10. pes – les; 11. muška – puška; 12. kočka – vločka; 13. osel – posel; 14. had – chlad; 15. liška – šiška; 16. slon – zvon; 17. čáp – dráp; 18. ara – fara; 19. zajíc – krajíc; 20. rak – mrak; 21. kůň – tůň; 22. lev – krev; 23. králík – malík; 24. vlk – plk; 25. ryba – chyba; 26. kozel – uzel; 27. býk – ryk; 28. kuře – more; 29. sova – slova; 30. slepice – čepice

Autorka: Mgr. et Mgr. Veronika Nešporová

INZERCE



Kaleido

**Při objednávce do konce dubna
13 měsíců za cenu 10!**

Nejpoužívanější virtuální realita v sociální péči



**aktivizace
a relaxace**



**trénink kognice
a jemné motoriky**



**školení personálu
ve VR bez lektora**



**Více informací na
www.kaleido.tours**





Držitelé certifikátu Značka kvality v sociálních službách

www.znackakvality.info

Centrum sociálních služeb Bohumín, příspěvková organizace

Pečovatelská služba spadá pod Centrum sociálních služeb Bohumín, příspěvkovou organizaci, jejímž zřizovatelem je město Bohumín.

Pečovatelská služba je terénní služba, která přispívá k zachování soběstačnosti a samostatnosti uživatelů v nepříznivé sociální situaci v jejich domácím prostředí. Pečovatelská služba je určena občanům města Bohumína a jeho příměstských částí, lidem se sníženou schopností sebeobsluhy a péče o vlastní domácnost z důvodu vysokého věku, chronického onemocnění, tělesného postižení, zdravotního postižení a rodinám s dětmi, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby. Služby poskytujeme denně od 7.00 do 19.00 hodin.

Příklady dobré praxe:

Střídání pracovníků v domácí péči – Součástí kvalitní péče je efektivní organizace práce v terénu, která pomáhá předcházet závislosti a syndromu vyhoření. Pracovníci se u uživatelů pravidelně střídají, aby se předešlo přílišnému citovému navázání a vzniku závislosti na službě. Současně tento přístup chrání pracovníky před únavou a přetížením. Tento postup podporuje dlouhodobou profesionalitu, vstřícnost a stabilitu péče.

Práce s riziky – Pracovníci pravidelně sledují a upozorňují uživatele na možná rizika spojená s poskytováním péče v jejich domácím prostředí. Tento přístup zajišťuje, že se uživatel i pracovníci cítí bezpečně. S každým uživatelem je zároveň domluven postup pro mimořádné situace, například když uživatel neotevře dveře pracovníkovi přicházejícímu na plánovanou službu.



Centrum sociálních služeb Bohumín, příspěvková organizace

Masarykova 365,
735 81 Bohumín

Certifikace:

Péče, individuální přístup a partnerství	★★★★★
Stravování	NEHODNOCENO
Bodové hodnocení	290 bodů

Domov pro seniory Frýdek-Místek, příspěvková organizace

Domov pro seniory Frýdek-Místek je příspěvkovou organizací města Frýdek-Místek. Zařízení je situováno v klidné lokalitě v blízkosti parku a řeky, nedaleko centra města. Kapacita je celkem 156 uživatelů.

Budova má pět podlaží, přičemž tři z nich jsou určena k ubytování uživatelů. Objekt je bezbariérový a nabízí jedno-, dvou- a třílůžkové pokoje s bezbariérovými koupelnami. Plnohodnotná strava a její vyváženost je zajištěna nutričním terapeutem.

V atriu zařízení se nachází bistro nabízející široký sortiment jídel i nápojů. Součástí atrie je akvárium s rybičkami a voliéra s ptáky. Zdravotní péče je zajištěna externím praktickým lékařem a dalšími specialisty, kteří do zařízení pravidelně docházejí. V rámci nepřetržité ošetrovatelské péče jsou uplatňovány odborné koncepty jako biografický model péče či bazální stimulace. V domově se nachází kaple, kde se pravidelně konají mše.

Příklady dobré praxe:

Zooterapie – V zařízení se pravidelně realizuje několik forem zooterapie, a to jak v individuální, tak skupinové formě. Jedná se například o canisterapii, felinoterapii či ponyterapii, které podporují psychickou pohodu, motivaci a sociální interakci uživatelů.

Koncept Biografické péče – V Domově pracujeme s konceptem Biografické péče. Je to přístup, který staví na poznání životní historie

seniora (dětství, rodiny, práce, radosti i těžkosti). Setkáváme se tu s lidmi, kteří za sebou mají bohatý a často velmi pestrý život. Každý z nich má svůj vlastní příběh a právě biografická péče nám pomáhá na tento příběh navázat. Pečující osoby se snaží pochopit, co daného člověka formovalo, co měl rád, co ho uklidňuje nebo co jej rozveselí. Tím vytvářejí osobnější, smyslnější a laskavější prostředí.



Domov pro seniory Frýdek-Místek, příspěvková organizace

28. října 2155,
738 01 Frýdek-Místek

Certifikace:

Ubytování	★★★★★
Strava	★★★★★
Volný čas a kultura	★★★★★
Partnerství	★★★★★
Péče	★★★★★
Bodové hodnocení	904 bodů
Celkové hodnocení	★★★★★

Střípky z domova

Aktivity v PDSS

Teplíce – První čtvrtletí roku 2026 je pomalu za námi a my se ohlédneme zpět, co vše se v našich domovech odehrálo. V lednu jsme se nechali inspirovat přicházející olympiádou a také jsme si v rámci Mezidomovského klání vyzkoušeli některé olympijské sporty. Vítězem našeho putovního poháru bylo družstvo nové služby DZR 2, ale i ostatní soutěžící si dopoledne v domově Na Výšině pořádně užili.

Snažíme se našim klientům připomínat některé zvyky a určitou charakteristiku daného měsíce či období. V únoru se ve všech domovech konaly oslavy masopustu nebo maškarní a také se slavil Valentýn s hudbou od Mikeš band, DJ Milana nebo kapely Šlapetáci.

V březnu nám na počest žen a k jejich svátku zahráli další naši oblíbení interpreti jako pan Smetana nebo kapela O.L.I. a přišly zazpívat děti z okolních škol a školek. Březnové aktivity byly završeny přípravami na Velikonoce, kdy se pekl beránek, započaly jarní úpravy našich zahrádek, v dílnách vznikaly krásné výrobky s tématem jara a přicházejících svátků.



Už teď se moc těšíme na teplejší počasí, kdy budeme moci více chodit na procházky a aktivity směřovat ven.

Za PDSS Dubí-Teplíce

Bc. Pavla Kutarnia, vedoucí sociální terapie

Fašanky 2026

Návojná – Fašankové veselí opět dorazilo do Domova sociálních služeb Návojná a jako každý rok přineslo dobrou náladu, hudbu i barevný rej masek. Tento tradiční zvyk, rozšířený zejména na Moravě, patří mezi události, na které se naši klienti těší dlouho dopředu. Setkání s fašankovou družinou v nich vždy probouzí radost a připomíná atmosféru starých časů.

K fašankům neodmyslitelně patří také hodování. Vůně čerstvě smažených koblih se tentokrát linula celým Domovem – naši klienti se s chutí pustili do jejich přípravy a s podporou personálu napekli voňavé, sladké koblížky, které k tomuto období jednoduše patří.



Návštěva fašanek byla jako vždy plná smíchu, hudby a milých setkání. Děkujeme za krásné chvíle, které nám přinesly, a už teď se těšíme, až je u nás přivítáme znovu příští rok.

*Bc. Eva Krpenská, sociální pracovnice,
Dům sociálních služeb Návojná, p. o.*

Senior Kvíz Tour: 80 otázek, 15 týmů a skvělá atmosféra

Prachatic – Prachatic hostily jedinečné setkání seniorů z celého regionu. Uskutečnila se zde seniorská vědomostní soutěž Senior Kvíz Tour Jihočeského kraje, kterou připravila Krajská rada seniorů Jihočeského kraje. Do Prachatic přijelo celkem 15 družstev, která se pustila do řešení náročného vědomostního kvízu o 80 otázkách.

Organizaci soutěže v Prachaticích zajistili Zdena Hrůzová společně s Jiřím Pluhařem z Krajské rady seniorů Jihočeského kraje. Díky jejich pečlivé přípravě měla akce výbornou atmosféru.

Otázky nebyly vůbec jednoduché – mnozí účastníci se naopak shodli, že patřily k velmi obtížným. O to větší radost měli ti,



kterým se podařilo nasbírat nejvíce bodů:

1. místo – Městská organizace Prachatic – Senioři ČR – 60 bodů
 2. místo – Vimperk – 58 bodů
 3. místo – Vlachovo Březí – 56 bodů
- Rozdíly mezi jednotlivými týmy byly vel-

mi malé, což jen potvrdilo vysokou úroveň všech soutěživých. Nešlo však jen o samotné bodování – důležitou součástí dne bylo také společné povídání, sdílení zkušeností a radost z aktivně stráveného času.

Účastníci si zároveň velmi pochvalovali prostředí Komunitního centra Na Půdě, které poskytlo příjemné zázemí pro setkání i soutěž.

Hanka RH+ Rabenhauptová

Když se radost mění v pomoc

Tábor – V našem trojměstí se uskutečnil předvánoční prodej výrobků klientů stacionáře Klíček. Andílci, betlémy, svíčky i keramické dekorace našly mnoho nových majitelů – a hlavně přinesly radost hned dvakrát: těm, kteří si je domů odnesli, i těm, kteří je s láskou vyrobili. Díky vám se podařilo vybrat částku 7 700 korun. S ohledem na to, že náklady na pořízení většiny výrobků byly jen desítky korun, je to krásný výsledek. Klíček moc děkuje!



Peníze se použijí na další nákup materiálu a pomůcek pro dílny v Klíčku, které pomáhají klientům rozvíjet jemnou motoriku, výtvarné dovednosti, trpělivost a koncentraci.

V Denním a týdenním stacionáři Klíček proběhlo slavnostní předání výtěžku z celé akce zástupcům stacionáře. Byli u toho i samotní klienti a jejich upřímná radost byla tou největší odměnou. Viděli, že jejich práce má smysl a že si jí lidé váží.

Děkujeme všem, kteří si výrobky zakoupili, pomohli s organizací nebo akcí podpořili jen tím, že o ní řekli dál. Ukázali jste, že solidárnost a lidskost do našeho regionu patří.

Budeme rádi, když se s námi potkáte znovu o Velikonocích, kdy připravujeme další prodej jarních a velikonočních výrobků.

Josef Pluhař,

*člen předsednictva Krajské rady seniorů
Jihočeského kraje;*

Mgr. Petr Brázda,

ředitel Denního a týdenního stacionáře Klíček

Inovativní péče o rány.

Jednoduše.
Efektivně.



- + Zjednodušíme cestu k úplnému zhojení ran
- + Všestranné a snadno použitelné řešení
- + Napomáhá k dosažení efektivních podmínek pro hojení ran

