



**Financováno
Evropskou unií**



Název projektu: Terénní multidisciplinární podpora pečujících osob; Reg. číslo: CZ.03.02.02/00/22_014/0000423
Doba realizace: 1. 7. 2023 – 30. 6. 2026; Projekt je financován z operačního programu Zaměstnanost plus.

Metodika pro multidisciplinární práci týmu při podpoře pečujících osob

Metodika pro multidisciplinární práci týmu při podpoře pečujících osob

Popis práce s metodikou

Metodika terénní multidisciplinární podpory pečujících osob

Cíl metodiky:

Způsoby podpory:

1. Cílová skupina

2. Multidisciplinární tým

2.1 Konzultace a způsob podpory v rámci MD týmu

2.2 Porady týmu

2.3 Supervize

3. Metody práce s klientem

3.1 Vstupní setkání, mapování potřeb – vede soc. pracovník

3.2 Realizace péče a řešení konkrétních problémů

3.3 Měření změn u klienta

3.4 Infografiky a mentální mapy

3.5 Mapování zdrojů klienta

3.6 Zapojení MD týmu

3.7 Materiály pro klienty

3.8 Závěrečné setkání a následná péče

3.9 Nepřímá podpora klienta

4. Práce s edukačními kartami

4.1 K čemu slouží edukační karty

4.2 Jak pracujeme s edukačními kartami

4.3 Vzhled edukačních karet:

5. Realizace edukativních kurzů pro pečující

5.1 Přínos edukativních kurzů

6. Metodika depistáže

6.1 Cílová skupina depistáže

Kazuistiky a příklady dobré praxe

Kazuistika 1 – paní Alena

Kazuistika 2 - paní B.

Popis práce s metodikou

Metodika slouží jako závazný pracovní rámec pro poskytování **terénní multidisciplinární podpory neformálně pečujících osob o osobu závislou ve věku 26 let a více**. Je určena pracovníkům zapojeným do realizace služby a vymezuje jednotné postupy práce s cílovou skupinou při řešení situací, které mohou nebo mají nastat v průběhu spolupráce.

Pracovníci využívají metodiku ve všech fázích poskytování služby, zejména při:

- depistáži pečujících osob
- vstupu do služby
- mapování potřeb
- tvorbě individuálního plánu podpory
- realizaci poskytovaných služeb
- vyhodnocování podpory

Metodika je pro pracovníky závazná, přičemž umožňuje přiměřenou flexibilitu dle individuálních potřeb pečujících osob. Odchyłky od metodiky musí být odborně zdůvodněny a zaznamenány. Každý člen týmu může libovolně metodiku procházet, kdykoliv se k ní vracet a podle potřeby velmi jednoduše zjistit, jaké postupy by měl při práci volit.

Zavádění metodiky do praxe probíhá prostřednictvím školení pracovníků, metodického vedení a supervizí. Metodika je průběžně vyhodnocována a aktualizována na základě zkušeností z praxe, zpětné vazby a změn legislativy.

Dodržování metodiky je sledováno prostřednictvím kontrol dokumentace, týmových porad a supervizí, s cílem zajištění kvality poskytované služby.

Cílem je zajistit trvalou kvalitu poskytované služby i podmínky pro uplatňování práv klientů. Kvalitní metodické materiály poskytují jistotu pracovníkům i klientům.

Metodika terénní multidisciplinární podpory pečujících osob

Dlouhodobá péče, kdy o osobu blízkou pečují buď rodinní příslušníci nebo přátelé, kteří nejsou profesionálními pečovateli, se nazývá neformální péče. Tito lidé většinou nemají odborné specifické vzdělání a nejsou za tuto službu a pomoc placeni.

Z různých výzkumů vyplývá, že hodnota životní spokojenosti osob starajících se o osobu blízkou je výrazně snížena oproti běžné dospělé populaci. Pečující osoby svou prací a nasazením vysoce překonávají časové limity, které jsou obvyklé v pracovněprávním vztahu. Řeší zpravidla více problémů současně, mají nedostatek času na sebe i na své okolí, jsou vyčerpaní a trpí nejistotou a obavami z budoucího vývoje a finančních obtíží. Velmi často také pracují v úzkosti, na hranici fyzických sil a s pocitem nedostatečné podpory. Obecně se dá říct, že čím déle pečování trvá a čím je péče intenzivnější, tím víc jsou pečující ohroženi riziky, jako je například emoční, psychická i fyzická zátěž, která negativně ovlivňuje kvalitu jejich života.

Cíl metodiky:

Cílem metodiky je pomocí terénní multidisciplinární podpory pro pečující osoby zajistit zvýšení kvality života a zároveň snížení pečovatelské zátěže. Posílením podpory pro pečující je větší předpoklad zachování péče v domácím prostředí.

Práce s pečujícími osobami za podpory multidisciplinárního týmu je volena proto, že pečující osoby mohou řešit svou situaci s více odborníky najednou, přičemž je kladen důraz na individuální přístup, respekt a ohled na potřeby pečujících osob. Multidisciplinární tým spolu komunikuje a snaží se spolu s pečující osobou najít co možná nejlepší řešení pro konkrétní tíživou situaci. S pomocí multidisciplinárního týmu se také očekává, že dojde ke zlepšení orientace neformálně pečujících osob ve své situaci.

Multidisciplinární podporou se v rámci této metodiky rozumí způsob práce, jakým různé profese navzájem spolupracují, efektivně vzájemně komunikují a plánují ve prospěch cílové skupiny. Jde o to, aby bylo maximálně využito všech znalostí, zkušeností a dovedností odborníků ve prospěch pečujících osob.

Způsoby podpory:

- **Edukace** - poskytování informací a poradenství v oblasti nepojistných sociálních dávek, možností a organizace péče, vhodnosti a vyřízení žádostí o kompenzační pomůcky. Součástí je přehled dostupných sociálních a zdravotních služeb a nasměrování na vhodné ambulantní, terénní nebo pobytové služby.

- **Terapie** - podpora zaměřená na posílení duševního zdraví, zvládání psychické zátěže, stresu a náročných emocí spojených s péčí.
- **Podpůrné skupiny** - skupiny pro pečující osoby zaměřené na vzájemné sdílení zkušeností, posílení sociálních vazeb a snížení pocitu izolace.
- **Vzdělávací programy** - kurzy, semináře a přednášky zaměřené na získávání nových informací a dovedností, které přispívají ke zkvalitnění péče a prevenci psychického i fyzického vyčerpání pečujících osob.
- **Nácviky** - praktické nácviky zaměřené na pohyb, chůzi, polohování a manipulaci s imobilním klientem, osobní hygienu, podporu kognitivních funkcí, aktivizační činnosti, komunikační dovednosti, trénink paměti, soběstačnosti a sebeobslužných dovedností, manipulaci s předměty denní potřeby, rozvoj sociálních dovedností a jemné i hrubé motoriky.

1. Cílová skupina

Za cílovou skupinu je v rámci projektu považována neformálně pečující osoba o osobu závislou ve věku 26 a více let. Jedná se zpravidla o rodiče pečující o dítě s handicapem nad 26 let nebo pečující osoby o dospělého člena rodiny.

2. Multidisciplinární tým

V rámci podpory o pečující osoby je vhodné zapojit více profesí – **multidisciplinární tým**. Členové týmu zastávají profese, které se mohou podílet na naplňování potřeb pečujících osob. Jedná se například o soc. pracovníka, psychologa a psychoterapeuta, praktika péče, fyzioterapeuta, nutričního poradce, apod. Toto spojení různých profesí má za cíl přinést pečujícímu adekvátní podporu ve všech oblastech života, přičemž péče o osobu blízkou ovlivňuje prakticky všechny stránky lidského života počínaje stránkou psychickou, zdravotní, přes pracovní, sociální a vztahovou. Multidisciplinární přístup je považován za koordinaci a spolupráci pracovníků různorodých povolání a institucí.

Tým je složen dle potřeb konkrétního případu, typicky zahrnuje:

- sociální pracovník (koordinátor případu)
- psycholog / terapeut
- fyzioterapeut
- praktik péče
- koordinátor cílové skupiny
- další odborníci - oblast svéprávnosti a opatrovnictví, paliativní péče a ošetrovatelství

2.1 Konzultace a způsob podpory v rámci MD týmu

Konzultace multidisciplinárního týmu slouží ke **koordinaci podpory pečujících osob ve věku 26 let a více** a k zajištění komplexního, odborně ukotveného přístupu. Konzultace probíhají **pravidelně nebo dle potřeby**, zejména u složitějších či krizových situací.

Konzultací se účastní členové multidisciplinárního týmu podle charakteru případu, přičemž hlavní roli má **koordinátor případu**, který konzultaci svolává, řídí a zajišťuje návaznost do praxe.

Průběh konzultace zahrnuje:

- stručné představení situace pečující osoby
- sdílení odborných pohledů jednotlivých členů týmu
- návrh opatření a doporučení
- sladění postupů jednotlivých odborníků

Výstupem konzultace je **doporučení pro další postup**, případně úprava individuálního plánu podpory. Závěry konzultace jsou zaznamenány do dokumentace a komunikovány pečující osobě s ohledem na její souhlas a potřeby. Konzultace probíhají při dodržení etických zásad, ochrany osobních údajů a principu respektu k autonomii pečující osoby.

Podpora mezi pracovníky v týmu probíhá formou vzájemné spolupráce při zajišťování péče o klienty. Pracovníci si poskytují kolegiální podporu, která spočívá ve sdílení zkušeností, postupů a v neformální pomoci při řešení náročných situací.

Součástí spolupráce jsou také pravidelné porady, kdy si pracovníci navzájem konzultují jednotlivé případy a sdílejí odborné pohledy z různých profesí s cílem zvolit vhodný postup práce s klientem. V týmu je dále uplatňována metodická podpora, která zajišťuje sjednocení pracovních postupů a sdílení odborných doporučení. Pracovníci si zároveň průběžně předávají důležité informace, aby byla zajištěna kontinuita práce s klientem.

Součástí systému podpory je i podpora emoční, která umožňuje pracovníkům zvládat zátěž vyplývající z náročných případů prostřednictvím vzájemného sdílení a opory v týmu.

2.2 Porady týmu

MD tým se pravidelně setkává, konzultuje a plánuje adekvátní intervence. Porady jsou v rámci multidisciplinární týmové práce zcela zásadním nástrojem. Na poradách se MD tým seznamuje s průběhem práce s klientem v delším časovém horizontu a s tím, jak se mu daří, či nedaří, naplňovat své osobní cíle. Jednotlivé případy prezentují soc. pracovníci, kteří práci s jednotlivými klienty vedou. Tým pak může jejich práci připomínkovat nebo navrhnout jiné

postupy a řešení. Na všech poradách týmu dostávají všichni zúčastnění prostor, aby se vyjádřili k probíraným tématům. Z každé porady je veden podrobný záznam, který je dostupný všem členům týmu. Stejně tak si nepřítomní členové týmu povinně čtou zápis z této porady.

2.3 Supervize

Supervize slouží k zajištění kvality poskytované podpory, odborného rozvoje pracovníků a prevence profesního vyhoření.

Supervize probíhá **pravidelně a dle potřeby**, a to zejména formou skupinové supervize, případně individuální supervize u náročných nebo krizových případů. Supervizi vede kvalifikovaný externí supervizor.

Obsah supervize se zaměřuje na:

- reflexi práce s pečujícími osobami
- řešení odborně náročných situací
- podporu spolupráce v multidisciplinárním týmu
- práci s emocemi a zátěží pracovníků

Supervize probíhá v bezpečném a důvěrném prostředí a respektuje etické zásady, mlčenlivost a ochranu osobních údajů. Výsledkem supervize je zkvalitnění práce, nikoliv k hodnocení pracovníků.

3. Metody práce s klientem

3.1 Vstupní setkání, mapování potřeb – vede soc. pracovník

Navazování vztahu, vzájemné poznávání. Úkolem soc. pracovníka je být pro klienta srozumitelný. Dbáme na to, aby prostředí, ve kterém seznamování probíhá, bylo pro klienta co nejbezpečnější a aktivně takové prostředí vytváříme.

Mapování situace v rodině - zjištění aktuálního stavu v rodině, jejich potřeby, hledání zdrojů v rodině. Potřeby a přání si určuje klient, pracovník mapuje situaci v rodině a klienta návodnými otázkami provází vstupním setkáním, které slouží k nastavení podoby spolupráce. Z mapování by mělo vyplynout na čem si přeje klient pracovat. Zjistíme, co je pro klienta důležité, čemu přikládá význam a co je pro něj prioritou. K mapování používáme standardizované nástroje: Monitorovací list podpořené osoby, CSI. Plán podpory - doplnit, že je to náš nástroj, který jsme

si vytvořili a sleduje průběh služby u klienta, změny, apod, obdobně Mapa rodiny. Dotazník spokojenosti - slouží jak byl klient spokojen + k rozvoji další služby.

Při prvním setkání je potřeba od pečujícího získat dostatek relevantních informací, aby bylo možné mu poskytnout veškerou podporu, kterou potřebuje. Pečující doloží příspěvek na péči nebo vyplní čestné prohlášení o příslušnosti k cílové skupině v rámci projektu. S pečujícím je vyplněn Monitorovací list podpořené osoby (MLPO) a Mapa rodiny, díky které se získají informace o jeho potřebách, dalších zdrojích v rodině, zda rodině již nějaká služba podporu poskytuje apod. S klientem je vypracován Index zátěže pečující osoby (CSI, viz příloha č.1), kde zjišťujeme jejich potřebu v konkrétních oblastech. S klientem naplánujeme další setkání v místě bydliště.

Druhé setkání s pečující osobou (seznámení s domácím prostředím) – soc. pracovník + praktik péče

S klientem je nastaven plán péče a vypracuje se Plán podpory dospělé osoby v domácí péči. Konkrétněji probereme současný stav pečované osoby, jejich diagnózu, jaké používá kompenzační pomůcky, jaké užívá léky, v jaké oblasti potřebují podporu (mobilita, hygiena, ...). V plánu podpory také zjišťujeme současný stav pečovaného, který je rozdělen na několik kategorií (oblast sebeobsluhy, oblast vhodnosti prostředí, oblast podpory kognitivních funkcí a orientace, oblast komunikace, oblast sociálních dovedností, oblast sociální podpory). Definujeme si jednotlivé kroky péče a stanovujeme si cíle (cíl se vždy týká kvality života).

3.2 Realizace péče a řešení konkrétních problémů

Realizace naplánovaných intervencí, přičemž je nutné stále počítat s tím, že klient může v průběhu procesu plány změnit.

Poradenství sociálního pracovníka, nácviky praktika péče v domácnosti, terapeutická podpora pro pečujícího, setkání pečujících, poradenství v oblasti fyzioterapie.

Průběžně vyhodnocujeme, zda jsou cíle v rámci péče plněny. Všímáme si, co je jinak, než bylo v plánu, jak se daří dodržet naplánované tempo, jak se mění vztah s klientem. Každý soc. pracovník by si měl spolupráci s klientem průběžně vyhodnocovat i sám pro sebe – reflexe silných a slabých stránek, popř. intervize s kolegy.

3.3 Měření změn u klienta

Index zátěže pečující osoby (CSI) – vypracovává sociální pracovník s klientem u vstupního a závěrečného setkání. Obsahuje seznam situací, které mohou být pro pečujícího náročné. Klientovi jsou představeny konkrétní situace, pokud u 7 a více odpoví ANO, znamená to vysokou úroveň stresu. Toto bodové ohodnocení je podmínkou vstupu do projektu. Během poskytování podpory se snažíme jeho index stresu snížit. Na konci spolupráce dochází k přehodnocení CSI, které nám poví, zda a v čem jsme pečujícímu pomohli. Viz příloha č. 1.

Škála měření výsledků/ Outcome Rating Scale (ORS) - škála se využívá u klientů v rámci terapeutické podpory a je vyplňována při každém terapeutickém sezení. Škála ORS je krátký nástroj používaný v psychoterapii a poradenství k rychlému měření toho, jak se klientovi daří v různých oblastech života.

ORS sleduje čtyři hlavní oblasti:

- **osobní spokojenost** (jak se člověk cítí sám se sebou)
- **vztahy** (rodina, blízké vztahy)
- **společnost** (práce, volný čas)
- **celkový pocit spokojenosti**

Každá oblast je znázorněna 10cm úsečkou. Klient na každé z nich označí bod, který odpovídá jeho aktuálnímu prožívání, přičemž levý konec (0) představuje velmi špatné fungování a pravý konec (10) naopak velmi dobré fungování.

Jednotlivá ORS se zaznamenávají do tabulky a graf následně znázorňuje, jak se klientovi daří v jednotlivých oblastech v průběhu času.

Škála se používá k rychlému sledování pokroku klienta mezi jednotlivými sezeními, k identifikaci oblastí, ve kterých se klient necítí dobře, k podpoře komunikace mezi klientem a terapeutem a také k přizpůsobení terapie aktuálním potřebám klienta. Viz příloha č. 6.

3.4 Infografiky a mentální mapy

Infografiky mají za cíl jasně a ve stručnosti podávat informace tak, aby se u nich nemuselo namáhavě přemýšlet. Konkrétně se jedná o obrázek v dostatečné kvalitě, který představuje tiskovou zprávu, zajímavá data, novinky na trhu, různé zajímavé informace nebo problémy z nového úhlu. Kromě zjednodušení složité myšlenky jsou infografiky často používány k odhalení toho, co se skrývá za něčím složitým. Při srovnávání mohou infografiky pomoci vizuálně zorganizovat podobnosti a rozdíly. Je to pak mnohem více pochopitelné, než když popisujete srovnávané věci slovy. Infografiky tvoří sociální pracovník, následně s nimi pracují všichni členové MD týmu.

Ukázka používaných infografik:

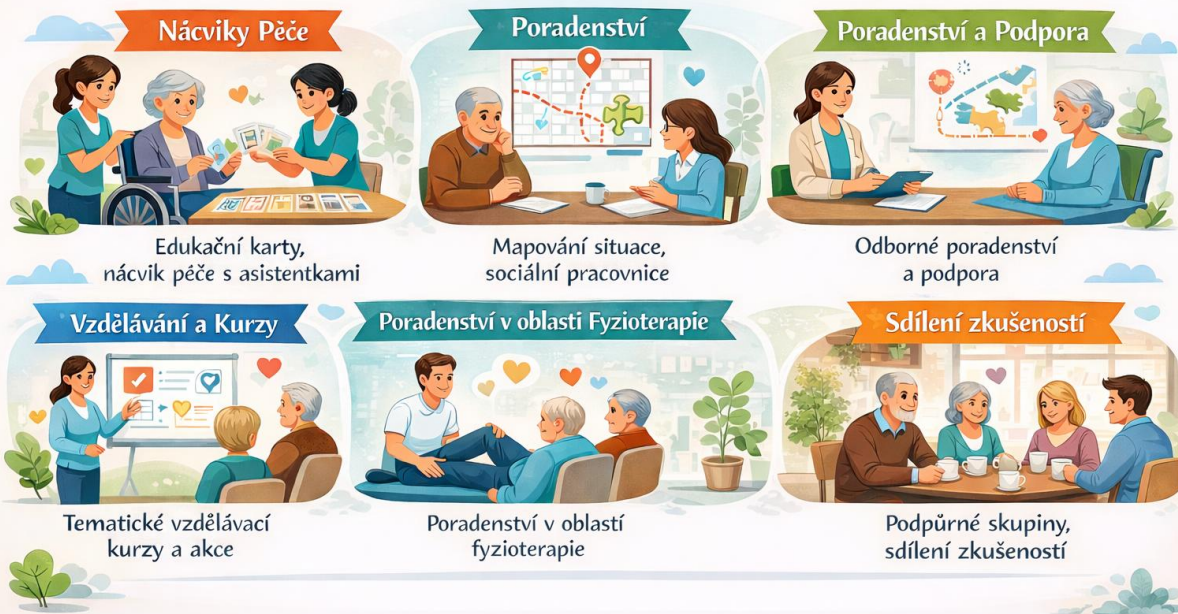
Průchod klienta službou

Podpora pečujících osob o osobu závislou na péči 26+



Metody práce

Podpora pečujících osob o osobu závislou na péči 26+

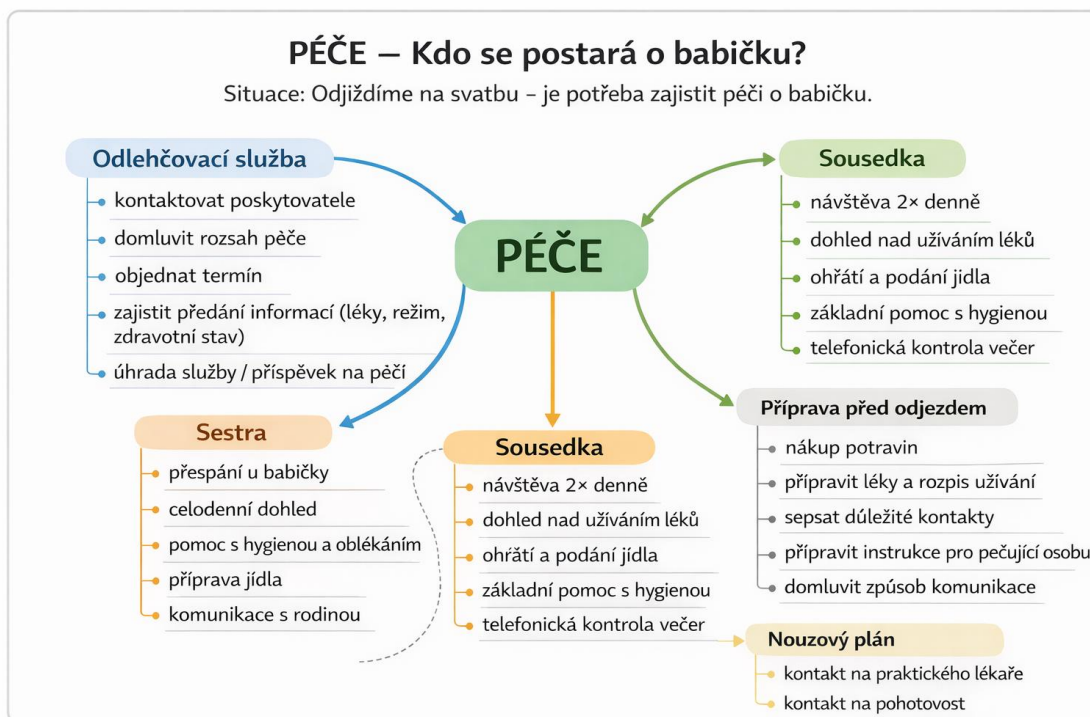


autor: Educante z.s.

Mentální mapy - myšlenková mapa je vizuální grafické uspořádání slov. Ve středu je umístěno hlavní nosné slovo, na které jsou linkami, takzvanými větvemi, napojována další slova, která vznikají při myšlenkových pochodech. Bývají doplněna i kresbami, které zapamatování ještě

znásobí. Paměť podpoří také barevné zpracování map. Hlavním přínosem myšlenkových map je komplexní uspořádání informací, které jsou seřazeny do hierarchie.. Mapy vlastně představují způsob fungování lidského mozku. Myšlenky se utvářejí kolem základního tématu a rozvětvením se dále rozvíjejí.

Ukázka používání mentální mapy:



3.5 Mapování zdrojů klienta

Mapování zdrojů klienta je základním nástrojem terénní multidisciplinární podpory pečujících osob. Jeho cílem je identifikovat a posílit vnitřní i vnější zdroje pečujícího tak, aby byla péče dlouhodobě udržitelná a nedocházelo k jeho přetížení.

Proces mapování se zaměřuje na silné stránky, schopnosti a podpůrné možnosti pečující osoby v jejím přirozeném prostředí. Probíhá formou rozhovoru v rámci terénní práce a je založen na partnerském, respektujícím přístupu.

Mapovány jsou zejména osobní a psychické zdroje pečujícího, rodinná a vztahová podpora, materiální a bytové podmínky, dostupné sociální, zdravotní a komunitní služby, ekonomická situace a informační zdroje. Součástí je také posouzení stability a dostupnosti těchto zdrojů a identifikace oblastí, kde jsou zdroje nedostatečné nebo přetížené.

Výstupem mapování je přehled využitelných zdrojů a potřeb podpory, který slouží jako podklad pro tvorbu individuálního plánu podpory. Mapování zdrojů je průběžně aktualizováno podle vývoje situace pečující osoby a osoby, o kterou je pečováno.

Mapování provádí sociální pracovník společně s klientem za použití Mapy rodiny.

3.6 Zapojení MD týmu

Zapojení multidisciplinárního týmu začíná tím, že sociální pracovník naváže první kontakt s klientem, zmapuje jeho situaci a základní potřeby a podle toho navrhne, zda je vhodné zapojit další odborníky. Pokud se prokáže potřeba, sociální pracovník zkontaktuje další členy týmu, kteří by se mohli zapojit..

Následně proběhne týmové setkání, na kterém se seznámí s případem a upřesní se cíle spolupráce a vytyčí se dílčí cíle se zapojením jednotlivých odborníků. Výstup ze setkání je podkladem pro tvorbu plánu podpory, na kterém se podílí sociální pracovník a klient, kteří společně sladí potřeby klienta a doporučení odborníků multidisciplinárního týmu.

V průběhu spolupráce odborníci pracují s klientem v rámci své odbornosti na dílčích cílech dle plánu podpory, realizují domluvené intervence, například nácviky péče, terapeutická sezení nebo odborné poradenství. Průběžný vývoj spolupráce a důležité informace si mezi sebou členové týmu průběžně sdílí, aby byla zajištěna návaznost a koordinace podpory.

V průběhu spolupráce probíhají pravidelná mapovací setkání, na kterých probíhá revize naplňování cílů a případně se upravuje plán podpory nebo zapojení jednotlivých odborníků. Pokud se objeví nová potřeba, lze do týmu přizvat další specialisty.

Spolupráce je ukončena ve chvíli, kdy jsou cíle naplněny a není tedy potřeba další podpory, nebo si klient vyčerpá nabízenou podporu v rámci projektu. Na závěrečném setkání sociální pracovník provede zhodnocení spolupráce a s klientem zmapuje možnosti následné péče.

Sociální pracovník – první kontakt s klientem, poradenství, zmapování situace, podepsání smlouvy, vypracování příslušných dokumentů, ukončení spolupráce.

Praktik péče – nácviky péče s pečujícím v jeho domácím prostředí, spolupráce na tvorbě plánu podpory.

Psychologové a psychoterapeuté – terapeutická sezení, psychologická pomoc.

Další odborní pracovníci, kteří mohou být zapojeni do práce s klientem – fyzioterapeut, nutriční poradce, finanční poradce, apod.

3.7 Materiály pro klienty

Aktivně spolupracujeme s dalšími organizacemi a institucemi s cílem lépe zpřístupnit lidem informace a podporu. V rámci těchto aktivit pravidelně představujeme naše projekty i možnosti pomoci odborné i široké veřejnosti.

Jedním z příkladů je spolupráce s Nemocnice Kyjov, kde Educante poskytlo k využití vlastní informační materiál „Průvodce domácí péčí“. Průvodce domácí péčí pomáhá lidem zorientovat se v situaci, kdy se chystají na propuštění svého blízkého z nemocnice. Ukazuje, co je dobré zařídit ještě před propuštěním, na jaké služby se mohou lidé obrátit a co dělat v prvních dnech po návratu z nemocnice domů. Cílem je, aby měli lidé srozumitelné informace po ruce a lépe se vyznali v tom, jak postupovat v domácí péči a jak využít dostupné zdravotní i sociální služby. Viz příloha č. 7.

3.8 Závěrečné setkání a následná péče

Na závěrečném setkání probíhá:

- **Reflexe spolupráce s klientem** – co bylo pro pečujícího nejvíce přínosné, co mu pomohlo zvládat péči, jak hodnotí komunikaci a podporu.
- **Vyhodnocení plánu podpory** – které cíle byly naplněny, které částečně, případně proč některé zůstaly otevřené.
- **CSI (Caregiver Strain Index)** – porovnání vstupního a výstupního skóre, zhodnocení změn v míře zátěže.
- **Dotazník spokojenosti** – zpětná vazba ke kvalitě služby.

- **Mapování změn v kvalitě života** – např. větší jistota v péči, lepší orientace v systému služeb, zlepšení organizace dne, snížení pocitu osamělosti, větší zapojení podpůrné sítě.

Na závěrečném setkání se také zaměřujeme na následnou péči, která je nastavena individuálně dle potřeb klienta a aktuální situace a zahrnuje předání kontaktů na další služby:

- odlehčovací služby (terénní/pobytové)
- poradenské služby
- podpůrné skupiny pro pečující
- psychologickou podporu
- domácí zdravotní péči
- další relevantní organizace v místě bydliště

Klient je informován o možnostech využití těchto služeb a podmínkách jejich poskytování.

3.9 Nepřímá podpora klienta

- Komunikace s úřady a jinými institucemi (zdravotnickými zařízeními).
- Komunikace se sociálními službami.
- Hledání řešení tíživé situace v MD týmu.
- Příprava materiálů, pracovních listů a pomůcek pro pečující.
- Setkání pečujících se zapojením odborníků ve vazbě na péči

Nepřímá podpora klienta představuje soubor aktivit zaměřených na podporu pečující osoby a systému péče tak, aby se pozitivně promítala do kvality života klienta, aniž by byla poskytována formou přímé práce s ním. Je nedílnou součástí terénní multidisciplinární podpory a doplňuje přímé intervence.

Nepřímá podpora zahrnuje zejména, koordinaci služeb, case management, komunikaci s odborníky a institucemi,.

Cílem nepřímé podpory je stabilizace domácí péče, snížení zátěže pečující osoby a zajištění návaznosti potřebných služeb. Nepřímá podpora je realizována v úzké spolupráci s pečujícím a dalšími zapojenými aktéry a je průběžně vyhodnocována v rámci individuálního plánu podpory.

4. Práce s edukačními kartami

4.1 K čemu slouží edukační karty

Edukační karty slouží jako podpůrný a komunikační nástroj pro předávání informací, posilování kompetencí a podporu orientace klienta nebo pečující osoby v náročné životní situaci. Umožňují srozumitelně a přehledně zprostředkovat klíčová témata související s péčí, právy, dostupnými službami a zvládáním zátěže.

Jedná se o soubor obrázků nebo piktogramů, které znázorňují různé činnosti, jako jsou například základní hygienické návyky a mají za cíl naučit osoby s handicapem či s potřebou velké míry podpory, jak mají postupovat krok za krokem.

Edukační karty podporují samostatnost pečované osoby, usnadňují zapamatování důležitých informací a umožňují opakované vrácení se k tématům i mimo přímý kontakt s pracovníkem. Jsou využívány při terénní práci jako doplněk rozhovoru, edukace a individuální podpory.

Slouží také jako komunikační a motivační pomůcka, která napomáhá strukturovat setkání, otevírat citlivá témata a posilovat aktivní zapojení pečované osoby či klienta do procesu podpory.

Často se využívají u klientů po CMP se zasažením řečového centra nebo pro osoby se sníženými mentálními a kognitivními schopnostmi.

4.2 Jak pracujeme s edukačními kartami

S kartami pracuje sociální pracovník a praktik péče. Pracovník vybírá karty cíleně podle potřeb klienta a fáze spolupráce. Karty jsou používány flexibilně – mohou sloužit jako podklad k rozhovoru, edukaci, společnému hledání řešení nebo k posílení orientace v systému podpory. Práce s kartami je vždy dobrovolná a respektuje tempo a kapacitu klienta.

Karty podporují aktivní zapojení klienta, umožňují návrat k tématu mezi jednotlivými setkáními a napomáhají přenosu informací do každodenní praxe. V případě potřeby jsou karty využívány opakovaně a jejich obsah je doplňován individuálním vysvětlením a praktickými příklady.

Cílem je, aby si osoby závislé spojily konkrétní činnost s kartičkou a slyšely správné označení dané činnosti. Karty buď ukazujeme nebo pečované osoby necháváme, aby si samy zkusily poskládat karty v časové posloupnosti, jak jdou za sebou. Pro lepší zapamatování vymýšlíme pro jednotlivé činnosti jednoduchá gesta, je to účelné zvláště u lidí s výraznějším handicapem nebo mentální retardací. Spojením pojmenování kartičky s gestem zvýšíme šanci, že si osoba činnost lépe zapamatuje.

Edukační karty by měly být používány pravidelně, aby si osoby zvykly na jejich funkci a pochopily, jak jim mohou pomoci. Proto je necháváme také pečujícím v domácnosti k průběžnému používání..

4.3 Vzhled edukačních karet:

Karty jsou vytištěny na tvrdém papíře o rozměru 11x15 cm, z jedné strany jsou barevné obrázky a z druhé strany je logo Educante. Karty jsou zalamínované. Máme vytištěno více sad pro jednotlivé činnosti viz příloha č. 5.

5. Realizace edukativních kurzů pro pečující

Témata edukativních kurzů vyplývají nejčastěji z potřeb pečujících, jsou vybírána tak, aby byla užitečná, smysluplná a pečující obohatila.

Edukační kurzy pro pečující osoby představují jeden z klíčových nástrojů podpory pečujících osob. Jejich cílem je posílit kompetence pečujících, zvýšit jejich jistotu v péči a přispět ke snížení fyzické i psychické zátěže spojené s dlouhodobým pečováním.

Kurzy vycházejí z principu **praktické využitelnosti získaných informací**, respektují individuální situaci pečujících a reflektují jejich aktuální potřeby. Důraz je kladen na propojení teoretických znalostí s konkrétními každodenními situacemi, se kterými se pečující setkávají.

Koordinátor zajišťuje a organizuje edukativní kurzy. Samotnou realizaci kurzů má na starosti domluvený lektor, který je vede a lektoruje. Sociální pracovníci kurzy nabízejí klientům a poskytují jim k nim potřebné informace.

5.1 Přínos edukativních kurzů

Realizace edukativních kurzů přispívá k:

- zvýšení informovanosti a kompetencí pečujících,
- posílení jejich sebedůvěry v poskytovanou péči,
- prevenci zdravotních a psychosociálních rizik,
- snížení pocitu izolace díky sdílení zkušeností,
- zkvalitnění péče o pečovanou osobu.

6. Metodika depistáže

Depistáž je významná činnost v rámci projektu, která má za cíl vyhledat sociálně ohrožené a izolované neformálně pečující osoby a motivovat je k přijetí odborné podpory. Díky poskytnutí odborné podpory by mělo dojít ke snížení náročnosti péče o osobu závislou a k prevenci syndromu vyhoření.

Depistáž představuje **systematické vyhledávání a identifikaci pečujících osob**, které se nacházejí v situaci zvýšené zátěže a dosud nevyužívají odpovídající podporu. Cílem depistáže je včasná nabídka pomoci a prevence zhoršení zdravotní, psychické nebo sociální situace pečujících osob.

Depistáž je realizována zejména prostřednictvím spolupráce s obcemi, zdravotnickými zařízeními, sociálními službami, komunitním plánováním soc. služeb a veletrhy soc. služeb, dále terénní prací a šířením informací o službě.

Součástí depistáže je **první kontakt s pečující osobou**, orientační zjištění její situace a vyhodnocení potřeby podpory. Zapojení do služby je vždy dobrovolné a probíhá na základě informovaného souhlasu.

Depistáž je plynule provázána se vstupem do služby, mapováním potřeb a tvorbou individuálního plánu podpory.

6.1 Cílová skupina depistáže

Depistáž se zaměřuje na:

- pečující osoby, které:
 - dlouhodobě pečují o osobu závislou, ve věku 26 let a více
 - čelí zvýšené psychické nebo fyzické zátěži
 - nemají přehled o dostupných formách podpory
 - nevyužívají dostupné sociální nebo zdravotní služby

Kazuistiky a příklady dobré praxe

Kazuistika 1 – paní Alena

Během letních prázdnin se na nás telefonicky obrátila paní Alena (50 let), která má postiženého syna Mirka (27 let) a zdravou dceru Michaelu (18 let). Paní Alena si stěžovala na náročnost péče o syna, dopad péče na její vztah s dcerou a celkový pocit vyčerpání.

Paní Alena žije se svými dětmi a manželem v rodinném domě s velkou zahradou. Protože nemůže kvůli péči o syna chodit do práce, přivydělává si prodejem zeleniny, kterou pěstuje na zahradě za domem. Jelikož ale její syn potřebuje neustálý dohled, je někdy práce na zahradě nemožná. To samé platí i o trávení času s dcerou – žádný čas strávený s dcerou neexistuje, protože paní Alena volný čas kvůli péči o syna a práci na zahradě nemá. Takové vytížení se podepisuje na jejím psychickém stavu, o kterém sama říká, že je nyní špatný. Je vyčerpaná, a proto se obrátila na nás, abychom jí pomohli.

Sociální pracovnice a paní Alena společně zmapovaly situaci v rodině a vytvořily plán podpory.

Nejdůležitějším bodem v plánu podpory bylo poskytnutí psychologické podpory pro paní Alenu. Toho se ujal jeden z našich psychologů a paní Alena začala chodit na terapii, se kterou je spokojená.

Další bod plánu podpory se věnoval možnosti vystřídání se v péči o Mirka. Mirek (27) je mladý muž s mentální retardací, epilepsií, autismem a zálibami tříletého dítěte. Vyžaduje neustálý dohled a dopomoc absolutně se vším. Protože by Mirek kvůli svému postižení nezvládl režim ve stacionáři, ani v jiném sociálním zařízení, musí s ním matka být doma. Většinu dne tráví Mirek v ložnici, kde staví vlak, na který nesmí nikdo ani sáhnout, jinak dostane jeden ze svých záchvatů vzteku. Paní Alena se rozhodla více zapojit do péče i manžela. Díky tomu má teď více času na dceru a budování jejich vztahu matka-dcera. Dokonce už i vyrazily na společný výlet do Brna, kde strávily příjemný den.

Po nějakém čase od začátku spolupráce se nám paní Alena ozvala s tím, že by potřebovala pomoc s vyřízením příspěvku na auto. Jejich staré už začíná dosluhovat a rodina není v situaci, kdy by si mohla koupit nového auta dovolit. Sociální pracovnice připravila veškeré podklady pro žádost o příspěvek na ÚP a zjistila možné slevy pro postižené u prodejců aut. Po konzultaci se zbytkem rodiny se ale paní Alena nakonec rozhodla se žádostí o příspěvek na auto ještě počkat.

Paní Alena si pochvaluje spolupráci s Educante, hlavně psychologickou pomoc a těší se na setkání s ostatními pečujícími v rámci připravovaných podpůrných skupin pro pečující. Moc by jí pomohla možnost osobní asistence pro jejího syna Mirka, který kvůli svému postižení nemůže využívat místních služeb.

Kazuistika 2 - paní B.

Paní B. se dlouhodobě starala o svou maminku, paní H., kterou měla nejprve u sebe doma. Do péče byly od začátku zapojeny pečovatelky z Charity, následně se zapojila i organizace Educante, která se s charitními službami vhodně doplňovala. Přesto pro paní B. představovala každodenní péče velkou fyzickou i psychickou zátěž a postupně se začala cítit vyčerpaná.

Pracovnice Educante docházely pravidelně přibližně dvakrát týdně. Nezaměřovaly se však pouze na samotnou paní H., ale významnou část podpory věnovaly paní B. jako pečující osobě. Ukazovaly jí, jak může maminku vhodně aktivizovat, jak s ní komunikovat a jak ji zapojovat do běžných činností tak, aby si co nejdéle udržela své schopnosti. Předávaly jí praktické tipy, jak péči zvládat efektivněji a šetrněji k sobě samé. Pomohly také s výběrem vhodných kompenzačních pomůcek, které paní H. usnadnily pohyb i každodenní fungování.

Součástí podpory bylo i odborné poradenství pečující a trénink paměti a krátké procházky s paní H. Stejně důležitá však byla psychická podpora pro paní B. Díky pravidelným terapeutickým konzultacím získávala větší jistotu v péči a pocit, že na náročnou situaci není sama.

I přes tuto podporu začalo postupem času docházet k napětí v manželství paní B. Péče o maminku byla častým zdrojem konfliktů a paní B. se ocitla na pokraji sil. Rodina se proto rozhodla, že se paní H. vrátí zpět do svého bytu, kde žila se svým manželem. Paní B. ji nadále pravidelně navštěvovala a zůstala do péče aktivně zapojena. Educante pokračovalo v podpoře i v novém prostředí, což přineslo kontinuitu a stabilitu.

Postupně se situace mezi manželi uklidnila a paní B. působila vyrovnaněji a spokojeněji. Později byli manželé H. se svým souhlasem přemístěni do Domu s pečovatelskou službou v Kyjově, kde si na nové prostředí zvykli a byli zde poměrně spokojeni. Paní H. zde nakonec zemřela, její manžel v DPS žije dosud.

Paní B. dnes velmi oceňuje podporu, které se jí ze strany Educante dostalo. Vyzdvihuje zejména praktické vedení při péči, konkrétní rady a lidský přístup, díky nimž dokázala náročné období zvládnout a postupně najít rovnováhu mezi péčí o maminku a vlastním rodinným životem.

Příloha č. 1 CSI

Index zátěže pečující osoby (Caregiver Strain Index - CSI)

Nyní budu číst seznam situací, které mohou být pro ostatní lidi náročné. Mohl/a byste mi říct, zda se Vás týká některá z těchto situací? (UVEĎTE PŘÍKLADY)



Spolufinancováno
Evropskou unií



EDUCANT3

MAPA RODINY

Jméno rodiny:

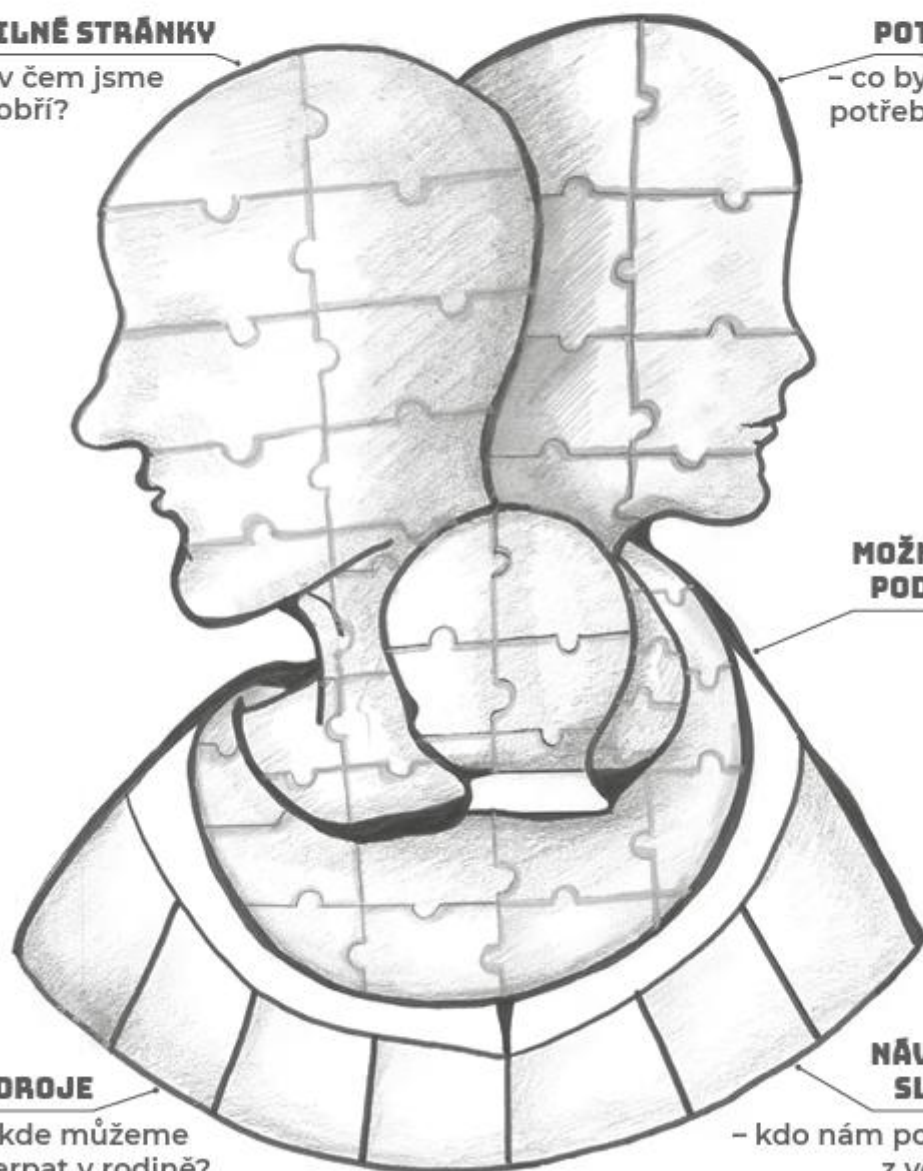
Datum:

SILNÉ STRÁNKY

– v čem jsme
dobří?

POTŘEBY

– co bychom
potřebovali?



MOŽNOSTI PODPORY

– jak?

ZDROJE

– kde můžeme
čerpat v rodině?

NÁVAZNÉ SLUŽBY

– kdo nám pomůže
z venku?

Příloha č. 3 Dotazník spokojenosti



Vážená paní, vážený pane,
vážíme si toho, že jsme mohli být po určitý čas součástí Vašeho života. Je pro nás zásadní být přínosem a pomáhat zlepšit situaci jednotlivce i celé rodiny. Chceme Vás proto poprosit o zpětnou vazbu, ze které bychom se mohli poučit a posunout naše služby zase o kousek blíže ke spokojenosti našich klientů.

1. Jak dlouho jste s Educante spolupracoval(a)?

2. Jaké služby jste využil(a)?

3. Naplnila spolupráce s Educante Vaše potřeby?

- ☐ Ano
- ☐ Spíše ano
- ☐ Spíše ne
- ☐ Ne

4. Přinesla Vám spolupráce zlepšení Vaší situace?

- ☐ Ano
- ☐ Spíše ano
- ☐ Spíše ne
- ☐ Ne

5. Za co byste Educante pochválil(a)?

6. Je něco, co Vám v rámci spolupráce chybělo? Popř. co by se dalo zlepšit?

7. Přejete si ještě něco dodat?

8. Pokud se tak rozhodnete, vyplňte i svoje jméno:

Vaše zpětná vazba pro nás moc znamená. Děkujeme Vám za ni a přejeme Vám pevné zdraví.
Educante z.s.

Příloha č. 4 Plán podpory



PLÁN PODPORY – dospělá osoba v domácí péči

Jméno:
Datum narození:
Zdravotní pojišťovna
Praktický lékař:
Diagnózy:
Oblast soc. podpory (PnP, ID, ZTP aj):
Pečující osoba: Kontakt:

Léky:

Den	Ráno	Poledne	Večer
Po			
Út			
Stř			
Čtv			
Pá			
So			
Ned			

Alergie:

Dietní omezení:

Zrak: (brýlová korekce, zvětšovací lupa apod.)

Sluch: (sluchadla apod.)

Inkontinence: (inkontinenční pomůcky):

Psychický stav - specifické strachy, obavy:

Používání kompenzačních pomůcek:





OBLASTI PODPORY

1. Mobilita:

- V domácnosti
- Venku

2. Hygiena:

WC:

Koupeľ:

Čištění zubů/protézy:

Péče o vlasy/nehty/kůži:

3. Sebeobsluha:

Oblékání/svlékání:

Obouvání/zouvání:

Nandávání/sundávání zdrav. pomůcek (protézy, ortézy apod.):

4. Stravování:

Strava (příprava, konzumace stravy, specifika apod.)



5. **Péče o domácnost** (schopnost se starat o domácnost, úklid, používání topení apod.)

6. **Kognitivní funkce a orientace** (paměť, pozornost, orientace v čase a prostoru, používání mobilu atd.)

7. **Specifické potřeby, zájmy:**

8. **Rozdělení péče** – péče blízkých osob + využívání sdílené péče (sociální a zdravotní služby, jiní odborníci, zdroje podpory apod.)

Rodina + Sdílená péče			
Den	Ráno	Poledne	Večer
Po			
Út			
Stř			
Čtv			
Pá			
So			
Ned			

Popis současné situace

1. **Oblast sebeobsluhy** (nácvik zvládání základních sebeobslužných dovedností, rozvoj jemné i hrubé motoriky, mapování tělesného schématu a koordinace v prostoru, oblékání, obouvání, stravování atd.)

Doporučení:

2. **Oblast vhodnosti prostředí** (bezpečnost v prostředí, vhodnost rozmístění nábytku, ochranné prvky při pohybu v prostředí, tísňová péče, senior karta, bezbariérovost aj.)

Doporučení:

3. **Oblast podpory kognitivních funkcí a orientace** (podpora a rozvoj paměti, pozornosti, orientace v čase a prostoru, aktivizační činnost aj.)

Doporučení:

4. **Oblast komunikace** (porozumění a vyjadřování, mentální a emoční korekce v komunikaci, reflektování potřeb vlastních i druhých, alternativní a augmentativní komunikace – gesta, znaky, fotografie, piktogramy atd.)

Doporučení:

5. **Oblast sociálních dovedností** (korekce patologického chování, adaptace na různé typy prostředí, posilování žádoucího sociálního chování, hranice v mezilidském kontaktu a jejich respektování, nácviky v běžném sociálním prostředí klienta, zvládání agresivního chování, kontakt se soc. prostředím apod.).

Doporučení:

6. **Oblast sociální podpory** (vyřízení dávek SSP, PnP, příspěvků na zvláštní pomůcku, ID, vdovský a vdovecký důchod, průkazek ZTP, ZTP/P apod.)

Doporučení:

Poznámky, jiné specifikace:

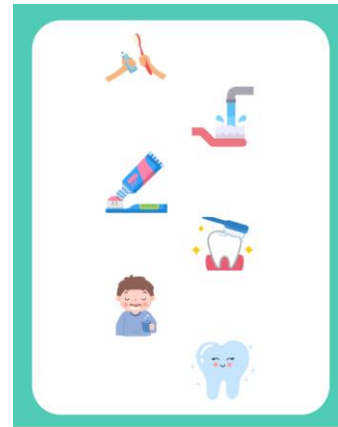
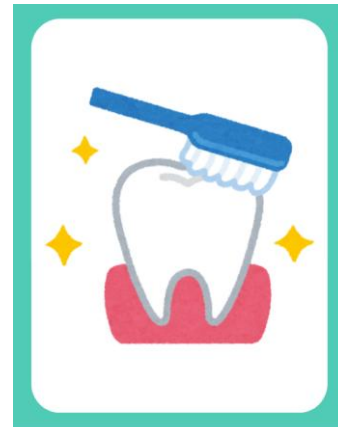
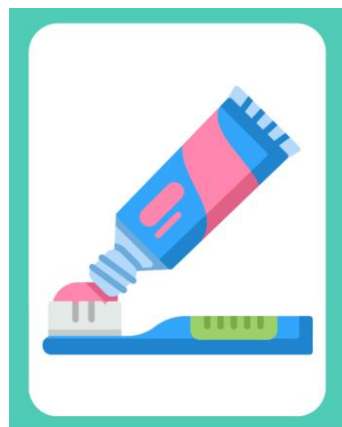
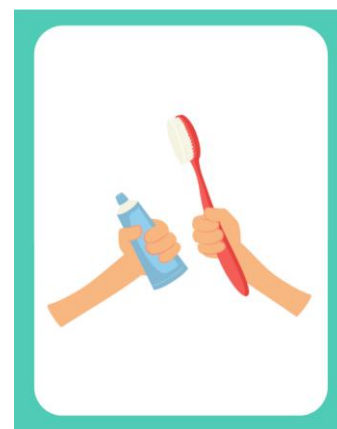
V:

Dne:

Podpis klienta/opatrovníka

Podpis klíčového pracovníka

Příloha č. 5 Edukační karty



Škála měření výsledků/ Outcome Rating Scale (ORS) – od 19 let výše

Název projektu:	
Datum:	
Jméno a příjmení respondenta:	
Věk:	
Sezení:	

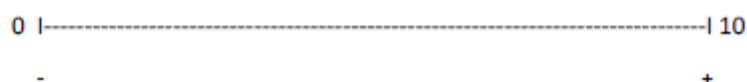
Podívejte se prosím zpět na poslední týden včetně dneška a pomozte nám porozumět, jak jste se cítil(a) tím, že ohodnotíte, jak se Vám dařilo v následujících oblastech vašeho života.

Označení směrem vlevo znamenají nízké hodnocení a označení směrem vpravo znamenají vysoké hodnocení.

Pokud vyplňujete tento formulář za jinou osobu, vyplňte jej podle toho, jak si myslíte, že se dané osobě dařilo.

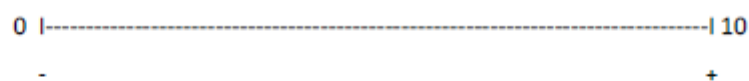
Osobně

(Osobní spokojenost)



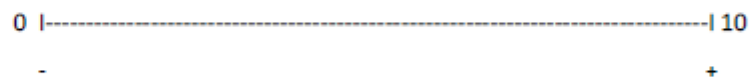
Ve vztazích

(Rodina, blízké vztahy)



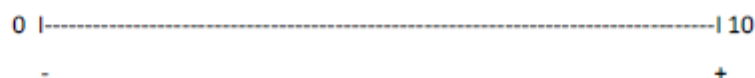
Ve společnosti

(Práce, volný čas)



Celkově

(Celkový pocit spokojenosti)



Příloha č. 7 Průvodce domácí péčí

PŘED PROPUŠTĚNÍM Z NEMOCNICE

- ✓ Zkonzultujte s ošetřujícím lékařem stav nemocného a informujte jej o rozhodnutí pečovat v domácím prostředí
- ✓ Ověřte si, zda bude péče doma vyžadovat kompenzační pomůcky (např. polohovací postel), ať máte prostor ji zajistit
- ✓ Zvažte, zda využijete možnosti Ošetřovněho a informujte o tom ošetřujícího lékaře i svého zaměstnavatele

EDUCANTE

Zdarma dlouhodobá podpora domácích pečujících.

- ✓ Konzultace k domácí péči u Váš doma
- ✓ Úprava bydlení, praktické ukázky, poradenství k pečovatelským úkonům
- ✓ Psychologická / terapeutická podpora
- ✓ Podpora od zkušených pečujících (peer)
- ✓ Vzdělávání, kurzy, odborné přednášky a literatura k zaplnění
- ✓ Podpůrná setkání pečujících se sdílením zkušeností



educante.cz

TERÉNNÍ ZDRAVOTNÍ SLUŽBY

Plně hrazeny z veřejného zdravotního pojištění.

Předepisuje lékař při propuštění z nemocnice, příp. praktický lékař. Zapůjčení kompenzačních pomůcek je hrazeno dle ceníku.

MOBILNÍ HOSPICOVÁ A PALIATIVNÍ PÉČE

Poskytuje umírajícím zdravotnickou péči a podporu rodinám.

- ✓ Charita Kyjov, tel.: 777 805 001
- ✓ Oblastní Charita Hodonín, tel.: 534 001 250
- ✓ Homedica Hodonín, s.r.o., tel.: 518 325 175

TERÉNNÍ SOCIÁLNÍ SLUŽBY, HRAZENÉ KLIENTEM

Zajišťují potřebnou péči a pomoc v každodenním životě (např. s hygienou, stravou, nebo převoz/doprovod k lékaři, osamělým lidem s nákupy apod.).

- ✓ Centrum sociálních služeb Kyjov, tel.: 778 456 595
- ✓ Charita Kyjov, tel.: 776 707 037
- ✓ Charita Svatobořice-Mistřín, tel.: 774 409 348
- ✓ Pečovatelská služba Bzenec, tel.: 725 843 704
- ✓ Pečovatelská služba Vracov, tel.: 778 431 133



ODBOR SOCIÁLNÍCH A SPRÁVNÍCH AGEND MÚ KYJOV

- ✓ Poskytování podpory a pomoci občanům v obtížných životních situacích
- ✓ Poradenství zdarma
- ✓ Masarykovo náměstí 30, tel.: 518 697 401

PO PROPUŠTĚNÍ Z NEMOCNICE

- ✓ Půjčovny kompenzačních pomůcek
- ✓ Zdravotní služby terénní
- ✓ Sociální služby terénní
- ✓ Poradenství – Sociální odbor města Kyjova
- ✓ Rehabilitace – zdravotnická zařízení
- ✓ Přeprava vozíčkářů
- ✓ Sociální služby pobytové



Educante z. s. | IČ: 04721730
tř. Komenského 617/20, 697 01 Kyjov
+420 776 076 267 | info@educante.cz
www.educante.cz | @pecujici



Financováno
Evropskou unií



MP
SV

Jihomoravský kraj



Město Kyjov



Město Hodonín



Veselí nad Moravou

- ✓ Oblastní charita Hodonín, Pečovatelská služba Zďánice, tel.: 737 234 096

- ✓ Oblastní charita Hodonín, Pečovatelská služba Šardice, tel.: 733 755 880

OSOBNÍ ASISTENCE

Doprovod k lékaři, nákupy pro osamělé.

- ✓ Centrum sociálních služeb Kyjov, p.o. tel.: 778 456 595

TERÉNNÍ ODLEHČOVACÍ SLUŽBA

Odlehčení pro pečující, zajištění péče o opečovávaného dle jeho individuálních potřeb 24 hodin denně.

- ✓ Global Partner Péče, z.ú., tel.: 603 594 492

AMBULANTNÍ SOCIÁLNÍ SLUŽBY, HRAZENÉ KLIENTEM

Příležitost pro seniory a osoby se zdravotním postižením trávit čas ve společnosti. Odlehčení pro pečující.

- ✓ Denní stacionář Centra sociálních služeb, Kyjov, tel.: 604 878 158

POBYTOVÉ SOCIÁLNÍ SLUŽBY, HRAZENÉ KLIENTEM

Registrované dle zákona č. 108/2006 Sb. – garance kvalitní odborné péče.

- ✓ Domov pro seniory a Domov se zvláštním režimem Centra služeb pro seniory Kyjov, tel.: 518 699 514
- ✓ Charitní dům pokojného stáří v Celožních, Charita Kyjov, tel.: 518 617 423



PRŮVODCE DOMÁCÍ PÉČÍ

aneb Společně to zvládneme

- ✓ Domov pro seniory Bažantnice, p.o., tel.: 518 321 834
- ✓ Domov pro seniory a Domov se zvláštním režimem Strážnice, tel.: 518 334 059
- ✓ Domov Na Jarošce Hodonín, domov se zvláštním režimem, tel.: 518 306 900

Domov pro seniory je služba určená pro osoby 65+, kteří už nezvládají sami bydlet doma – třeba kvůli věku, omezené pohyblivosti nebo horšímu zdraví. V domově jim pomáhají s každodenními činnostmi, jako je jídlo, hygiena nebo oblékání, a zároveň tam mají bezpečné prostředí a společnost.

Domov se zvláštním režimem je podobný, ale je určen pro osoby, kteří kromě běžné péče potřebují i zvláštní podporu – nejčastěji kvůli demenci (např. Alzheimerově chorobě), duševnímu onemocnění nebo závislosti. Tito lidé potřebují specifický přístup, zvláštní prostředí a větší dohled, protože mohou mít problémy s orientací, pamětí nebo chováním.

POBYTOVÁ ODLEHČOVACÍ SLUŽBA, HRAZENÁ KLIENTEM

Využívána na přechodnou dobu, kdy si pečující potřebuje od péče odpočinout, nebo nemůže pečovat ze zdravotních důvodů.

Pobyťová odlehčovací služba v Kyjově:

- ✓ Centrum pro seniory Kyjov, p.o., tel.: 518 699 514

Pobyťová odlehčovací služba v Hodoníně:

- ✓ Domov pro seniory Bažantnice, p.o., tel.: 518 321 834