



Vážení čtenáři,

vítám Vás u druhého čísla našeho bulletinu v roce 2016. V tomto čísle Vás chceme seznámit s našimi kurzy na zvyšování dovedností. Chtěli bychom Vám více osvětlit, jaké kurzy pořádáme, pro koho jsou tyto kurzy určeny a jaký je v jednotlivých kurzech sledován cíl.

Toto číslo je také prvním číslem, ve kterém se Vám naše organizace představuje pod novým názvem Rytmus Střední Čechy, o. p. s. Ke změně názvu došlo v polovině letošního roku. Tato změna lépe odráží fakt, že naše služby poskytujeme na území Středočeského kraje.

Chci Vám popřát, abyste se neztratili ve shonu pomalu končícího roku 2016. Zároveň přeji zajímavé a inspirativní čtení.



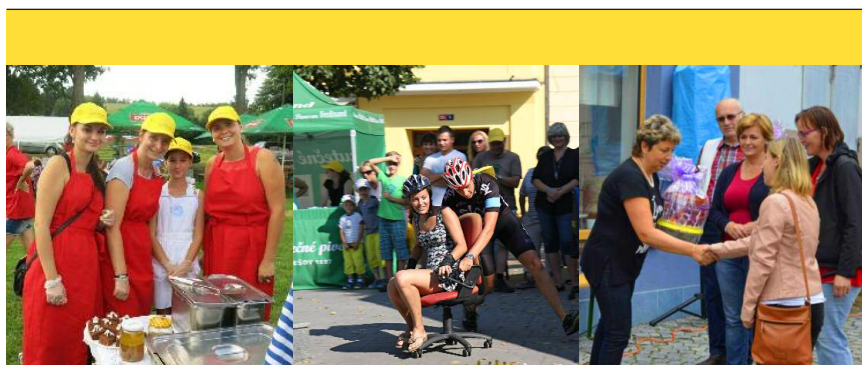
Pavel Goby, ředitel Rytmus Střední Čechy, o.p.s.

Proč děláme kurzy na zvyšování dovedností?

Naši uživatelé si přejí prožít svůj život úplně stejně jako ostatní dospělí lidé. I přes své znevýhodnění se chtějí co nejvíce osamostatnit a zapojit se do společnosti. Chtějí si najít přátele, mít různé koníčky, cestovat, najít si práci apod. K tomu, aby využívali běžně dostupné zdroje, však obvykle nemají dostatek dovedností, potřebují určitou míru podpory. Často se na nás proto obrací s požadavkem, jak mohou své dovednosti zdokonalit.

Nabízíme možnost vzdělávání v oblasti sociálních a praktických dovedností – např. práce na počítači, samostatné cestování, hospodaření s penězi, vaření, ale například také „jak trávit volný čas“. Obsah vzdělávání je vždy ušitý na míru konkrétnímu člověku dle jeho potřeb a přání. Veškeré kurzy jsou poskytovány v rámci sociální služby sociální rehabilitace a jsou bezplatné. Často kurzy realizujeme ve skupině, ale je možné využít individuální formu.

Naším přáním je, aby byli lidé s postižením co nejvíce samostatní a co nejméně závislí na svém okolí.



Zlatá husa Bedrčská

Splašená židle

Štůdlfestík

Stalo se – Benešov:

- Studentům praktické školy jsme zprostředkovali **3 exkurze na pracovištích Narex s.r.o., Technické služby Benešov s.r.o. a Lahůdky a jídelna Jan Němec.**
- Rytmus Střední Čechy opět pro zájem rodičů uspořádal setkání s lektorem panem **Petrem Eisnerem** nad tématem „Sexualita lidí s mentálním postižením“.
- Rytmus Střední Čechy, o.p.s se účastnil regionální akce „**Zlatá husa Bedrčská**“.
- 15.9.2016 proběhl **3. ročník úspěšné benefiční akce „Splašená židle“** na benešovském náměstí. Výtěžek činil 26.210 Kč a byl použit na úhradu nákladů Tanečního kurzu pro lidi s handicapem.
- 17.9.2016 se pracovnice Rytmusu Střední Čechy účastnily akce „**Štůdlfestík**“ na podporu medvěda Jirky v Konopišti a vyhrály 2. místo.
- Ukončili jsme program **Neobyčejné rodičovství** ve službě sociální rehabilitace pro nevyužitou kapacitu.
- Byli jsme podpořeni sponzorem **Benea s.r.o.** v rámci **Burzy filantropie**.
- V září jsme zahájili ve spolupráci s Paedr. Takáčovou **Taneční kurz pro lidi s postižením**.

Připravujeme – Benešov:

- 20.11.2016 **závěrečný ples** ukončí 1. Taneční kurz.
- Vydání **kuchařky**, aby lidé, kteří mají potíže se čtením, si podle receptu mohli uvařit oblíbené jídlo.
- Zahájení evropského grantového projektu **S Rytmusem do práce 2**.
- Vyhlašujeme s partnerskou organizací GLE o.p.s. pod záštitou MPSV **7. ročník soutěže Stejná šance – zaměstnavatel 2016**, která ocení firmy, které zaměstnávají lidi se zdravotním postižením.

O kurzu cestování

Kurz samostatného cestování připravujeme vždy podle konkrétní zakázky uživatele. Může se jednat o trénink cesty do zaměstnání, do školy, k lékaři nebo za zábavou.

Na začátku spolupráce zjišťujeme úroveň dovedností, které uživatel zvládá a jaké dovednosti je třeba trénovat. Probíhá také schůzka s někým z okolí klienta, např. rodiči, klíčovými pracovníky z domova apod. Povídáme si o možném riziku a obavách.

Kurz probíhá vždy v reálném prostředí. Zpočátku uživatele doprovází asistent po celou dobu cestování. Snažíme se však člověka podpořit, aby co nejvíce dělal samostatně. Pomůžeme mu pouze v dovednostech, které prozatím bez podpory nezvládá. Může to být např. nákup lístku, přecházení přechodů, rozpoznání správného nástupiště, orientace po městě apod. V průběhu kurzu se míra podpory postupně snižuje. Ověřujeme, jestli je člověk schopný cestovat sám.

V průběhu je třeba s uživatelem vytvořit rizikový plán, kde probíráme mimořádné situace, které nás mohou na cestě překvapit. Zjišťujeme, zda jim uživatel rozumí a zda by je zvládl vyřešit. Kromě praktických nácviků cestování je vhodné zařadit do výuky teoretické lekce, kde využíváme různých praktických pomůcek, fotek a videí.



Kurz Jak trávit volný čas

Na kutnohorském pracovišti probíhá už druhým rokem kurz s názvem Jak trávit volný čas. Ne pro každého je totiž snadné plánovat si svůj volný čas, koupit si vstupenku do kina, zarezervovat si dráhu na bowling nebo si jít zaplavat do bazénu. Pro osoby s mentálním postižením, které tráví nejvíce svého volného času u televize, je toto velká změna a obohacení.

Kurz je koncipován pro 2 až 5 klientů, kteří na kurz dochází jednou týdně po dobu několika měsíců. Při plánování obsahu kurzu se vychází především z přání klientů. Pracovníci se vždy snaží, aby klienti při plánování a realizování aktivit byli co nejvíce samostatní. Po ukončení kurzu by měli být schopni říct, jak by rádi svůj volný čas využili, a některé aktivity sami uskutečnit.

Kurz je realizován od konce roku 2015 a v současné době se blíží konec druhého běhu. Kurzem prošlo celkem 6 klientů. Každý klient si při počátečním plánování stanovuje individuální cíle. Jako příklad cílů můžeme uvést: naučit se fotit a přesunout fotky do počítače, psát na počítači, zkusit nějaký nový tanec nebo zjistit, kde je infocentrum a naučit se koupit si lístky do kina či divadla. Podle přání klientů navíc domlouváme také exkurze, např. do knihovny nebo fitness centra.

Stalo se – Kutná Hora:

- V lednu proběhl **2. společný ples neziskových organizací**, jehož výtěžek šel na veřejně prospěšný projekt Sklenářův dolík.
- V roce 2016 měli uživatelé možnost navštěvovat několik běhů kurzu **Jak trávit volný čas** a **Kurzu vaření**, individuálně pak **kurzy cestování**.
- Během dubna až května absolvovali klienti služby podporované zaměstnávání praxe v zahradnictví a na hřbitově.
- Pokračovala spolupráce s ÚP Kutná Hora, proběhla stáž pro vedoucí oddělení poradenství a dalšího vzdělávání.
- Po prázdninách pokračujeme ve spolupráci s kutnohorskou Praktickou školou a kolínskou Dvouletou katolickou střední školou v rámci Tranzitního programu.
- V říjnu jsme se zúčastnili „**Z kukly ven**“ – veletrhu poskytovatelů sociálních, zdravotních a navazujících služeb.
- Proběhlo slavnostní **otevření Sklenářova dolíku**, přírodního areálu na jehož oživení se Rytmus spolupodílí.
- V rámci veřejné sbírky byla do kutnohorské kavárny Café 21 umístěna kasička, peníze jsou vybírány na grafické zpracování podkladů pro kuchařku ve snadném čtení, kterou chceme vydat v příštím roce.

Připravujeme – Kutná Hora:

- V nejbližší době bude zahájen rekvalifikační **počítačový kurz**, ale také kurz práce s počítačem i pro úplné začátečníky.
- Plánujeme **tvůřivé setkání** 14.12.2016 na vánočních dílnách.
- Po úspěšných přednáškách pro osoby pečující a rodiče lidí s mentálním postižením plánujeme přednášku pana **Petra Eisnera** „Sexualita lidí s mentálním postižením“ tentokrát přímo pro klienty.