

SOUHRNNÁ INFORMACE O REALIZOVANÉM PROJEKTU

Název projektu	Končím s nemocí
Příjemce	ERGO Aktiv, o.p.s.
Datum zahájení realizace	1.1.2023
Datum ukončení realizace	31.12.2023

Projekt spočíval v poskytování zdravotně rehabilitačních aktivit lidem se získaným poškozením mozku (ZPM) takovou formou, aby mohli po dobu rehabilitace zůstat ve svém přirozeném prostředí – tzn. ambulantně nebo v domácím prostředí. Rehabilitační aktivity se zaměřovali na dosažení praktických a hmatatelných výstupů z následujících oblastí – zvýšení samostatnosti klientů, schopnosti převzít kontrolu nad vlastním životem a podporu začlenění klientů do běžného života. Projekt je doplňující službou sociální služby Denní stacionář pro osoby se ZPM, jejichž zaměření nedokáže řešit úzce související problematiku způsobenou zdravotním omezením. Zdravotně rehabilitační aktivity mohou být zároveň poskytovány samostatně formou rehabilitace v domácím prostředí nebo formou podpůrných psychologických služeb.

Na základě individuálních cílů se díky systematickému tréninku a komplexní neurorehabilitaci klienti znovu učili, jak se postarat o sebe, svou domácnost, zvládnout pohyb po městě, aktivně vyplnit svůj volný čas a další dovednosti. Projekt usiloval o to, aby se vlastní domov a okolní prostředí opět stalo místem, kde se lidé se ZPM cítí dobře a dokáží v něm aktivně působit. Terapie reflektovala skutečnou situaci, nazírala na klienta v kontextu vnějšího prostředí, bariér a okolních osob a vedla ho ke skutečnému a trvalému zvládnutí potřebných aktivit. Projekt využíval inovativní přístup, ve kterém zodpovědnost za výsledky rehabilitace přebírá klient a jeho rodina. Pracovníci, klienti a jejich blízcí pracují jako tým. Aktivity byly zaměřené na schopnosti (ne na jeho omezení), na empowerment (posílení) klienta a na nácvik a osvojení dovedností přímo v běžném životě. Aktivity měly komunitní charakter a kladly důraz na motivaci a komplexní řešení problematických oblastí.

Metody a způsoby realizace

Účelem rehabilitačních aktivit nebyla kondiční intervence, ale podpora rozvoje konkrétních funkcí (poškozených úrazem či mozkovou příhodou) a jejich využití v běžném životě (konkrétně pro dosažení stanovených cílů). Rehabilitační aktivity se neomezovali pouze na domácí prostředí klienta či ambulantní poskytování, ale přesahovali i do vnějšího okolí. Díky tomu dokázali pokrýt i širší potřeby klienta – trénink zvládnutí nákupu, návštěvy lékaře, pohyb po městě, sociální kontakt a další. Tedy oblasti, které dále dlouhodobě podporují motivaci, vlastní aktivitu a well-being klienta a kontinuálně snižují jeho závislost na sociálních a dalších podpůrných službách. Klienti tak mohou postupně opouštět roli pacienta a převzít roli aktivního samostatného jedince. Rehabilitační aktivity prováděl komplexní interprofesní tým složený z odborných rehabilitačních pracovníků.

Nastavení jednotlivých intervencí bylo vždy v souladu s konceptem Plánování zaměřené na člověka a principů stanovení cílů SMART. Každý cíl byl tak

- **Specificky** zaměřený na konkrétní oblast podpory stanovenou ve spolupráci klienta a odborníka.
- **Měřitelný** – může se jednat o změnu stavu (schopnost vs. neschopnost realizovat konkrétní pohyb/aktivitu), kvality (změna vnímání kvality života, nebo provádění/zajištění konkrétní aktivity), nebo kvantity (zvýšení výkonu, frekvence, nebo rychlosti v dané oblasti).
- **Relevantní** pro dané potřeby klienta v kontextu možností a omezení v rámci širšího prostředí klienta.
- **Timed** – každá aktivita a služba je vázána dobou poskytování služby (zakotvená v dohodě) a každá dílčí aktivita je stanovena v rámci odhadovaného času nutného k dosažení cíle.

Zdravotně rehabilitační aktivity mohli klienti využívat v následujících formách:

- doplňující služba sociální služby Denní stacionář pro osoby se ZPM
- rehabilitační skupiny – kruhový trénink
- podpůrné psychologické služby pro osoby se ZPM
- rehabilitace v domácím prostředí klienta

Cíl projektu

1. Vytvořit podmínky a rozvíjet dovednosti, které umožní zvýšit kvalitu života a dosažení cílů.
2. Umožnit lidem se ZPM, aby dokázali ve vlastním prostředí samostatně žít a zvládat potřebné aktivity.
3. Snížit závislost na svém okolí, sociálních a zdravotních službách.
4. Umožnit klientovi stát se aktivním jedincem, který se zapojuje do společenského a pracovního života a aktivně pracuje na odstraňování získaných hendikepů.

V rámci doplňující služby sociální služby Denní stacionář pro osoby se ZPM mohl klient zdravotně rehabilitační aktivity využívat po dobu 3 měsíců, s možností prodloužení v opodstatněných případech, o další tři měsíce. Prodloužení čerpání služby vždy posuzoval vedoucí služby společně s celým interprofesním týmem na základě redefinování zakázky klienta. Po dobu 3 měsíců mohl klient čerpat rehabilitační aktivity intenzivní formou (tzn. využívání aktivit 3–5krát týdně), při prodloužení se intenzita snížila na maximální rozsah docházky 3x/týden. Tato opatření jsou zavedena na základě zkušeností práce s cílovou skupinou z důvodu eliminace vzniku závislosti na službě a motivace k rozvoji praktických dovedností a hledání dlouhodobých a smysluplných aktivit k výplni volného času. Součástí služby byla možnost čerpání psychologických služeb a absolvování neuropsychologické diagnostiky. Neuropsychologická diagnostika byla zaměřena na zmapování funkčního výkonu a kvality kognitivních funkcí – paměti, pozornosti, verbálních schopností, exekutivních (řídících) schopností a celkového intelektu a jeho složek, zhodnocení kondice mozku a vlivu na celkový aktuální stav.

Rehabilitační skupiny – kruhový trénink

Odpolední rehabilitační skupiny pro menší okruh klientů se zaměřením na podporu rozvoje aktivního života – implementace kondičního cvičení s důrazem na posilování svalů, zlepšování kardiovaskulární kondice a celkové pohyblivosti, rozvoj pohybových dovedností a jejich využití v běžném životě.

Rehabilitace v domácím prostředí

Intenzita i délka byla upravována dle individuální potřeby klienta a možností organizace. S klientem se vždy uzavřela smlouva na 3 měsíce. Další prodloužení záviselo na individuálním posouzení vedoucím služby společně s terapeutem a redefinování zakázky klienta, případně jeho blízkého okolí.

Podpůrné psychologické služby pro osoby se ZPM

Podpůrné psychologické a diagnostické služby byly určeny pro osoby se ZPM, které nevyužily žádné jiné služby centra ERGO Aktiv. Součástí služby byla možnost absolvování neuropsychologické diagnostiky.

Příklady rehabilitačních cílů v rámci zdravotně rehabilitačních aktivit

- Samostatně využívat MHD a pohybovat se po městě
- Vrátit se do zaměstnání
- Návrat k řízení automobilu
- Návrat k volnočasovým a sportovním aktivitám (jízda na kole, lyžování, běh, power jóga, běžkování)
- Zvýšení sebehodnoty a sebedůvěry
- Obnova vztahů se svým sociálním okolím
- Samostatně uvařit jídlo a najíst se příborem
- Samostatně nakoupit, manipulace s penězi

Využití dotace

Dotace byla využita pro zajištění mzdy fyzioterapeuta poskytujících odbornou péči klientům.

Spoluúčast klienta na službě (projektu)

Díky poskytnutí dotace byla klientům nabízena rehabilitaci v následujících cenových hladinách:

- Úvodní konzultační hod/jednorázová konzultace rehabilitace domácím prostředí – 90 min/750 Kč
- 1 (jedna) hodina rehabilitace v domácím prostředí (3měsíční smlouva, včetně dopravy) – 500 Kč
- 1 (jedna) hodina terapie ambulantní rehabilitace v rámci doplňujících registrovaných služeb (fyzioterapie, logopedie, psychoterapie) – 130/150 Kč
- 1 (jedna) hodina psychologického poradenství a konzultace pro klienty, kteří nevyužívají jiné služby v centru ERGO Aktiv – 350 Kč

Rehabilitace v domácím prostředí klienta byla poskytována za úhradu. Někteří klienti se však díky částečné nebo úplné invaliditě nacházejí v obtížné finanční situaci. V těchto případech, mohl klient požádat o odpouštění hodinové sazby za stejných podmínek, jako klienti v ambulantní rehabilitaci.

Ambulantní rehabilitace v rámci registrované sociální služby denní stacionář byla poskytována za úhradu. Finanční příspěvek klienta za využívání služby byl povinný v souladu s legislativou ČR a řídil se platným ceníkem. Příspěvek klienta činil 130 Kč nebo 150 Kč za hodinu (dle intenzity docházení). Vyúčtování za čerpané služby bylo provedeno vždy na konci měsíce na základě absolvovaných hodin.

Publicita projektu

ERGO Aktiv je začleněn v komunitním plánu MČ Praha 2, MČ Praha 3, MČ Praha 5, MČ Praha 7 a MČ Praha 10. Podporu činnosti organizace vyjádřila také Česká televize, produkční společnost DONART a odborní pracovníci, např. prim. MUDr. Martina Kövari, MUDr. Sylva Klimošová, MUDr. Karla Kotková, doc. MUDr. Yvona Angerová, Ph.D., MBA, MUDr. Tereza Gueye, MUDr. Martina Hoskovcová, MUDr. Michal Říha nebo David Lukeš, ředitel Centra Paraple. Organizace úzce spolupracuje s dalšími organizacemi jako je Centrum Martin, o.p.s., R-mosty, Alfa human service, Remedium, Riaps, Centrum integrace cizinců, Česká asociace ergoterapeutů

Informace o projektu byly zajištěny i formou publikace v pravidelném čtvrtletním zpravodaji (Neuro)Plastelína, vydávaným centrem ERGO Aktiv, na webových a facebookových stránkách ERGO Aktiv. Speciálním nástrojem pro šíření inovací a projektových výstupů byly i studentské praxe a stáže, které v naší organizaci ve spolupráci s vysokými školami probíhají.

Postup hodnocení výsledků projektu

Hodnocení plnění cílů služby je sledováno pomocí kvantitativních a kvalitativních ukazatelů. Kvantitativními ukazateli jsou počty uživatelů a hodin poskytnuté přímé péče, kvalitativními ukazateli je míra plnění stanovených cílů a změna ve výkonu aktivit.

Pro zhodnocení dosažení výsledků projektu byly využity následující parametry:

1. Rozsah realizovaných rehabilitačních aktivit v porovnání s plánem.
2. Hodnocení plnění stanovených cílů
3. Standardizovaný dotazník EBIQ (The European Brain Injury Questionnaire) - neuropsychologický dotazník, který byl vytvořen za účelem zkoumání subjektivních potíží pacientů se ZPM.
4. Využití vyšetření COPM (Kanadské hodnocení výkonu zaměstnávání) v rámci vstupního a výstupního vyšetření. Standardizovaný ergoterapeutický test, který využívá subjektivní hodnocení klientka.
5. Standardizované i nestandardizované vyšetření jednotlivých odborností, kterými každého klienta měřitelně testují vždy při vstupu a výstupu ze služby (testy na soběstačnost, jemnou motoriku horních končetin, hodnocení aktivních a pasivních pohybů na horní končetině nebo svalové

síly na horní končetině, testy se zaměřením na hodnocení stability, hrubé motoriky nebo na vyšetření spasticity).

6. Zpětná vazba klientů na poskytovanou službu.

Úspěšnost v rámci rehabilitace v domácím prostředí klienta je hodnocena subjektivním hodnocením klienta v korelaci s hodnocením terapeuta. Účinnost psychologického poradenství, vzhledem k charakteru služby, není měřitelně hodnocena.

Projekt úspěšně plnil plánované cíle – empowerment uživatelů. Uživatelé po absolvování programu vykazovali zvýšení míry samostatnosti, návrat k aktivnímu životu i produktivním činnostem. Zejména se jednalo o:

- Samostatně využívat MHD a pohybovat se po městě
- Vzít do ruky drobné věci, například mince
- Samostatně uvařit jídlo
- Najíst se příborem
- Zvládnout psát psacím písmem
- Zvládnutí dodržování doporučeného léčebného a rehabilitačního režimu
- Uzpůsobení domácího prostředí
- Samostatně se udržet v sedu na židli/posteli
- Dojít si na toaletu a obsloužit se na ní bez cizí pomoci

Tyto výsledky dokládá srovnání nástupního a výstupního hodnocení a průběžné týdenní a měsíční reevaluace. Dále je od uživatelů sbírána zpětná vazba vždy při ukončení rehabilitačního programu.

Uživatelé služby

Do projektu bylo v roce 2023 zapojeno celkem 87 osob, z toho bylo 72 občanů hl. m. Prahy. 57 osob z celkového počtu byli lidé v produktivním věku v rozmezí 18 – 64 let. Celkem bylo v rámci projektu poskytnuto 2 234,50 hodin přímé práce (face to face).

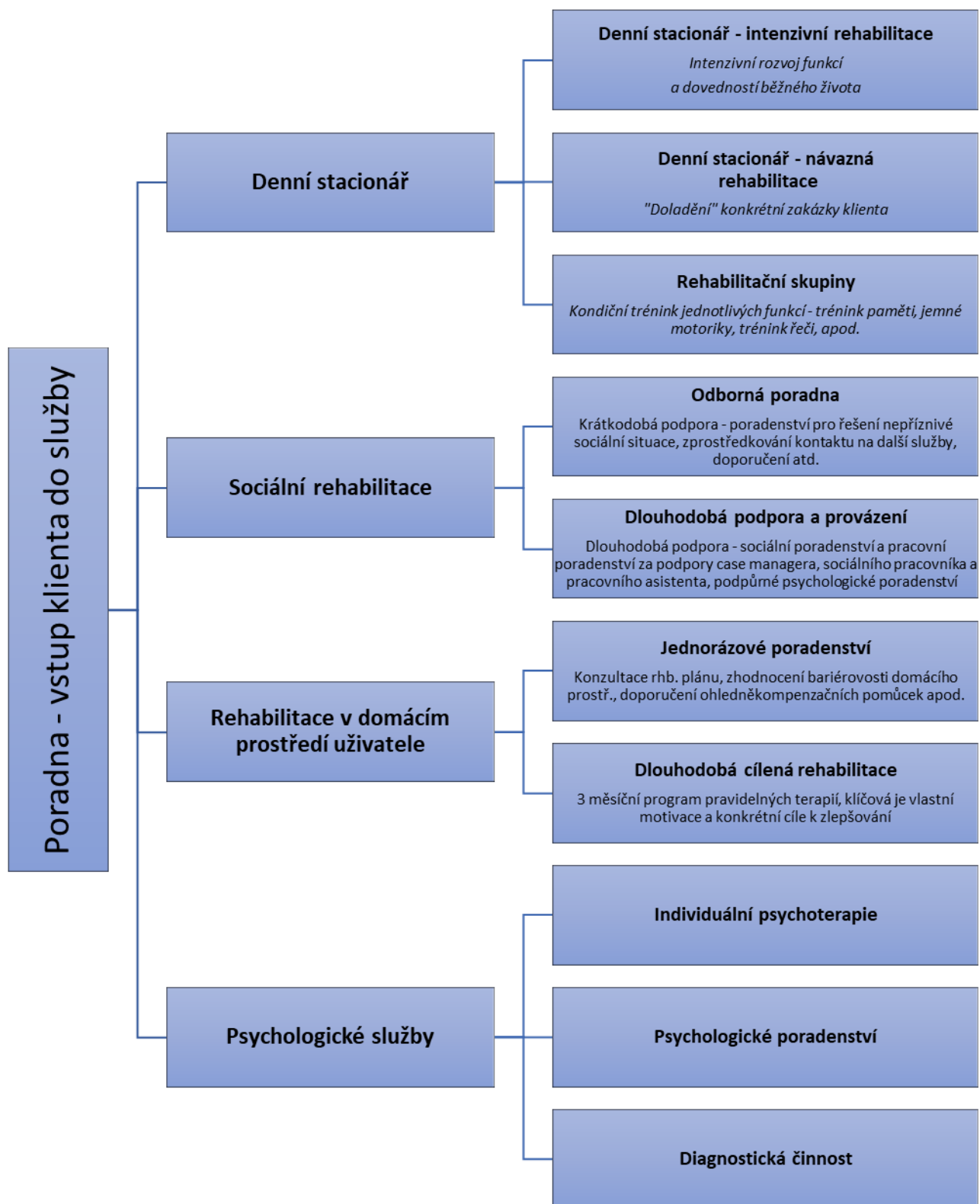
Výsledky činnosti organizace za rok 2023

Celkový počet unikátních uživatelů v rehabilitačních programech ERGO Aktivu

- Celkový počet unikátních uživatelů: 255 (počet neunikátních uživatelů 309)
- Počet unikátních uživatelů zapojených v kontinuálních aktivitách: 101 (Denní stacionář pro osoby ze ZPM, Sociální rehabilitace, Rehabilitace v domácím prostředí klienta (Končím s nemocí), Odpolední rehabilitační skupiny – kruhový trénink (Končím s nemocí), Individuální psychoterapie (Končím s nemocí)
- 154 unikátních uživatelů využilo poradenských služeb centra ERGO Aktiv (Základní sociální poradenství DS nebo SR, Krátkodobá podpora v rámci SR).



Prostupnost péče a struktura služeb v centru ERGO Aktiv



Jednotlivé služby jsou vybrány a koordinovány dle individuálních potřeb klienta.