

SOUHRNNÁ INFORMACE O REALIZOVANÉM PROJEKTU

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 zaměřovaly 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, jehož zaměření nedokáže řešit úzce související problematiku způsobenou zdravotním omezením. Zdravotně rehabilitační aktivity mohou být zároveň poskytovány samostatně formou rehabilitace v domácím prostředí nebo formou ambulantních rehabilitačních skupin.

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 dokážou 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 a jejich využití v běžném životě. Rehabilitační aktivity se neomezovaly pouze na domácí prostředí klienta či ambulantní poskytování, ale přesahovaly i do vnějšího okolí. Díky tomu dokázaly 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 mohli 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).
- **Attainable – dosažitelné**, tzn. že cíle jsou stanoveny s ohledem na aktuální zdravotní stav klienta, míru poškození funkčních schopností následkem ZPM a jeho individuální prognózu.
- **Relevantní** pro dané potřeby klienta v kontextu možností a omezení v rámci jeho širšího prostředí.
- **Timed – časově vymezené**, tzn. 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:

- Ambulantní doplňující služba sociální služby Denní stacionář pro osoby se ZPM
- ambulantní rehabilitační skupiny – kruhový trénink
- 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 byla 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.

Rehabilitační skupiny – kruhový trénink

Odpolední ambulantní 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 terapeutky a redefinování zakázky klienta, případně jeho blízkého okolí.

Využití dotace

Dotace byla využita pro zajištění mzdy fyzioterapeutky poskytující přímou péči v ambulantním nebo domácím prostředí klientů.

Spoluúčast klienta na službě (projektu)

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

- Úvodní konzultační hod/jednorázová konzultace rehabilitace domácím prostředím – 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) – 130/150 Kč. Finanční příspěvek klienta za využívání služby byl povinný v souladu s legislativou ČR a řídil se platným ceníkem.

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 nebo Sananim.

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.

REHABILITAČNÍ SKUPINY (únor - červen)

Nový běh začíná 12. 2. 2024

- **PONDĚLÍ**
Trénink jemné motoriky
od 14:15 - 15:15
- **PONDĚLÍ**
Kruhový trénink
od 14:30 - 15:30
- **STŘEDA**
Trénink jemné motoriky 2
od 14:15 - 15:15
- **ÚTERÝ**
Rozvoj řečových funkcí
od 14:30 - 15:30
- **ÚTERÝ**
Trénink kognitivních funkcí
od 14:15 - 15:15

Základní informace

U nás v centru
neurorehabilitace



- od února do června
- 60 min/150 Kč
- Kapacita skupin je omezená
- Služby poskytujeme klientům starším 16 let.

NAPIŠTE: natalie.hurkova@ergoaktiv.cz
ZAVOLEJTE: 732 542 529
ERGO Aktiv o.p.s., Olšanská 2666/7, 130 00 Praha 3
www.ergoaktiv.cz

MRTVICE nebo ÚRAZ HLAVY? Nevíte, CO DÁL?

Právě vás propustili z nemocnice?
Už jste doma dlouho a chcete změnu?

rehabilitace / poradenství / logopedie / psychoterapie /
fyzioterapie / ergoterapie / soběstačnost / provázení životem
kompenzační pomůcky / uspořádání bytu / zlepšení mobility
řešení finanční situace a zaměstnání / sociální dávky

Pomůžeme vám. Podpoříme vás.

Služby poskytujeme klientům starším 16 let.

u nás v centru
neurorehabilitace



po telefonu nebo
online



u vás doma
v Praze



ZAVOLEJTE: 732 542 529
NAPIŠTE: poradna@ergoaktiv.cz
ERGO Aktiv, o.p.s. - Olšanská 2666/7, Praha 3
WWW.ERGOAKTIV.CZ

REHABILITACE u vás DOMA na MÍRU vašim potřebám!

Jste po mrtvici a právě vás propustili z nemocnice?
Už jste doma dlouho a chcete změnu?

ergoterapie / fyzioterapie / poradenství /
komplexní vyšetření / individuální přístup /
dlouhodobá cílená neurorehabilitace / kompenzační pomůcky /
uspořádání bytu / zlepšení mobility / zvýšení soběstačnosti

Pomůžeme vám. Podpoříme vás.

U vás doma
v Praze.



- Jednorázové poradenství, první schůzka
750 Kč/90-120 minut
- 3 měsíční program
500 Kč/60 minut

ZAVOLEJTE: 732 542 529
NAPIŠTE: poradna@ergoaktiv.cz
ERGO Aktiv o.p.s., Olšanská 2666/7, 130 00 Praha 3
www.ergoaktiv.cz



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.

Způsob hodnocení úspěšnosti projektu

Kvantitativní parametry:

1. Zpětná vazba klientů na poskytovanou službu.
2. Rozsah realizovaných rehabilitačních aktivit v porovnání s plánem – počet uživatelů zapojených v projektu a počet poskytnutých hodin přímé péče
3. Kvalitativní hodnocení plnění stanovených individuálních cílů.
4. Hodnocení ve všech aktivitách probíhá i subjektivně, a to buď pomocí standardizovaného subjektivního hodnocení COPM, nebo pomocí vedeného rozhovoru terapeuta s klientem. Subjektivní hodnocení klientem je velmi důležité, neboť ukazuje, jak klient sám vnímá změny, které se během terapií odehrají.
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. V rámci rehabilitace v domácím prostředí klienta je úspěšnost hodnocena subjektivním hodnocením klienta v korelaci s hodnocením terapeuta.

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
- Zvládnání 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 vstupního 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 2024 zapojeno celkem 68 osob, z toho bylo 56 občanů hl. m. Prahy. Působnost projektu je primárně na území celého hl. m. Prahy. Ambulantní služby jsou v omezené míře poskytovány i osobám s trvalým bydlištěm mimo území hl. m. Prahy v závislosti na jejich schopnosti dojíždět do služby, někteří mají také přechodná bydliště v Praze. Terénní ambulance je poskytována pouze na území hl. m. Prahy. 47 osob z celkového počtu byli lidé v produktivním věku v rozmezí 18–64 let. Celkem bylo v rámci projektu poskytnuto 2 000 hodin přímé práce (face to face).

Plán na realizaci projektu v příštím roce

V projektu plánujeme pokračovat i v příštím roce a v letech následujících. Jeho realizace zůstává prioritou z následujících důvodů:

1. **Positivní dopady na klienty a jejich okolí** – projekt prokázal svou účinnost při zvyšování samostatnosti klientů, jejich schopnosti převzít kontrolu nad vlastním životem a při podpoře jejich začlenění do běžného života. Tyto výsledky jsou nejen prakticky hmatatelné, ale mají také dlouhodobý význam pro kvalitu života klientů a jejich rodin.
2. **Individuální přístup a komplexní rehabilitace** – využívá inovativní metodiku, která reflektuje skutečné potřeby klientů a jejich situaci v přirozeném prostředí. Tento přístup se ukázal jako efektivní, protože umožňuje klientům osvojit si dovednosti přímo v jejich každodenním životě.
3. **Doplňková služba ke stávajícímu systému** – poskytuje služby, které nejsou dostatečně pokryty běžnou nabídkou sociálních služeb. Možnost ambulantní rehabilitace a terapie v domácím prostředí významně rozšiřují dostupnou péči o osoby se ZPM.

Plánované kroky pro příští rok:

- **Zachování klíčových aktivit:** Pokračování ambulantních a domácích rehabilitací zaměřených na posilování samostatnosti a praktických dovedností klientů.
- **Hodnocení a zlepšování:** Systematické vyhodnocování výsledků a další rozvoj inovativních metod v souladu s potřebami klientů.

Projekt má zásadní vliv na kvalitu života osob se ZPM, podporuje jejich nezávislost a usnadňuje jejich návrat k aktivnímu životu ve společnosti. Tento přístup nejen posiluje samotné klienty, ale také snižuje zátěž na jejich rodiny a veřejné služby.