

# Průvodce pečujících osob a rodičů



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



OPERAČNÍ PROGRAM  
LIDSKÉ ZDROJE  
A ZAMĚSTNANOST

PODPORUJEME  
VAŠI BUDOUCNOST

[www.esfcr.cz](http://www.esfcr.cz)



# S.O.S. KONTAKTY

V případě úrazu a náhlé nevolnosti, **když se jedná o ohrožení života, nejprve voláme první pomoc**, pak rodiče. Když není ohrožen život, voláme nejdříve rodiče a konzultujeme s nimi lékařské ošetření.

## Tísňová volání

- 155**    **Záchranná služba**
- 112**    **Centrální tísňové volání**
- 150**    **Hasiči**
- 158**    **Policie**
- 156**    **Městská policie**

## Praktický dětský lékař

Telefonní číslo \_ \_ \_ \_ \_

Jméno \_ \_ \_ \_ \_

Adresa \_ \_ \_ \_ \_

\_ \_ \_ \_ \_

## Pohotovost

Telefonní číslo \_ \_ \_ \_ \_

Adresa \_ \_ \_ \_ \_

\_ \_ \_ \_ \_

## Nejbližší nemocnice

Tel. úrazové ambulance \_ \_ \_ \_ \_

Tel. dětského oddělení \_ \_ \_ \_ \_

Adresa \_ \_ \_ \_ \_

\_ \_ \_ \_ \_

## Matka

Jméno \_\_\_\_\_

Telefonní číslo \_\_\_\_\_

## Otec

Jméno \_\_\_\_\_

Telefonní číslo \_\_\_\_\_

## Třetí osoba

Jméno \_\_\_\_\_

Telefonní číslo \_\_\_\_\_

## Další kontakty

Jméno \_\_\_\_\_

Telefonní číslo \_\_\_\_\_

Jméno \_\_\_\_\_

Telefonní číslo \_\_\_\_\_

## Ostatní důležitá telefonní čísla

### Toxikologické linky

224 915 402 — 224 919 293

### Linka bezpečí

800 155 555

### Linka pomoci obětem domácího násilí

251 511 313

---

# Průvodce pečujícími osobami a rodiči

---

# OBSAH

|  |           |
|--|-----------|
| <b>Slovo úvodem</b>                            | <b>5</b>  |
| <b>I. Rozhodování a příprava</b>               | <b>7</b>  |
| Pečující osoba                                 | 7         |
| Rodiče   | 8         |
| Dítě   | 8         |
| Prostor  | 9         |
| Způsob péče                                    | 10        |
| Komunikace                                     | 13        |
| Doporučená literatura                          | 17        |
| <b>II. Legislativní rámec</b>                  | <b>21</b> |
| Stávající zákony a předpisy                    | 21        |
| Pojištění                                      | 24        |
| Smlouva s rodiči                               | 25        |
| Stěžejní legislativa a připravované změny      | 27        |
| <b>III. Bezpečné prostředí a pohyb</b>         | <b>30</b> |
| Prevence                                       | 30        |
| <b>IV. První pomoc</b>                         | <b>40</b> |
| Lékárnička                                     | 40        |
| Základy první pomoci                           | 42        |
| Nejčastější úrazy                              | 43        |
| Doporučená literatura                          | 53        |
| <b>V. Organizace související s péčí o děti</b> | <b>54</b> |

# SLOVO ÚVODEM

Milí přátelé,

otevíváte publikaci, která by měla sloužit jako pomocník pečujícím osobám a zároveň odhalit všechna „zákoutí“ péče jinou než rodičovskou osobou rodičům, kteří se rozhodli, že své dítě svěří do rukou jiné osobě.

Na rodičích leží tíha rozhodnutí, aby zodpovědně vybrali někoho vhodného pro své dítě. Pečující osoba pak plně zodpovídá nejen za svoji nabídku, ale především za její provedení. Úspěch v podobě spokojeného dítěte z velké části závisí především na vzájemně otevřené komunikaci.

Naším velkým přáním je navést obě strany správným směrem tak, aby předešly nedorozumění, a vybavit je cennými radami i návodem, jak předcházet úrazům a jak se zachovat, když se i přes veškerou prevenci přihodí.

Obsah publikace jsme se snažili přizpůsobit podnětům a přáním absolventek a absolventa rekvalifikačního kurzu pro pečující osoby, který jsme realizovali v rámci projektu Krok k zaměstnání. Není však možné postihnout vše, přijměte proto našeho průvodce jako základní navedení, jak směřovat své kroky. Pro hlubší ponoření do dané problematiky a inspiraci pro každodenní péči o děti uvádíme seznam publikací a odkazů.

*Kéž naše snažení  
přispěje vaší péči o děti.*

*Rut Kolínská*

# ROZHODOVÁNÍ A PŘÍPRAVA

V životě dítěte se odehrávají nejrůznější zlomové okamžiky, které mohou dítě poznamenat někdy i na celý život. Svěření péče o dítě do „cizích“ rukou patří k takovým okamžikům, proto je třeba se na něj dobře připravit, promyslet, co všechno od takového kroku očekáváme, a především se seznámit s osobou, která se stane pro naše dítě „novou“ blízkou osobou.

Obdobně by měl každý, kdo se rozhodl poskytovat péči o „cizí“ dítě, zvážit, zda je vhodným partnerem rodičům dítěte, o které se konkrétně jedná.

Následující body naznačují kroky, kterými by se naše myšlení mělo ubírat.

---

## PEČUJÍCÍ OSOBA

**Co mají rodiče právo vědět o pečující osobě:**

- jaké má vzdělání
- jaké má zkušenosti s péčí o děti
- jaký je její zdravotní stav

**Co mohou rodiče po pečující osobě požadovat:**

- respekt k jejich požadavkům
- doporučení jiných osob
- čistý výpis z trestního rejstříku
- pojištění (odpovědnost za škodu vzniklou na zdraví a životě dítěte a na odpovědnost za škodu vzniklou na věci)

---

## RODIČE

Co by o sobě měli rodiče sdělit pečující osobě:

- jaký je zdravotní stav dítěte
- jaké požadavky klade na způsob dodržování hygieny
- jaké rodina udržuje rituály
- na co kladou ve výchově důraz, v jakém světonázoru dítě vychovávají
- o čem nechtějí, aby pečující osoba s dítětem hovořila
- jaké má dítě zkušenosti z předchozí péče pečující osobou nebo příbuznými
- kontakty, na kterých jsou dosažitelní
- kontakt na další osobu, která může dítě v případě potřeby převzít

---

## DÍTĚ/DĚTI

Co by měli rodiče o svém dítěti /svých dětech pečující osobě sdělit:

- **Věk**
- **Oslovení, které má rádo (také to, které odmítá)**
- **Zdravotní stav**
  - Alergie
  - Léky (jaké a kdy podávat)
  - Zdravotní omezení:
  - Pojišťovna
- **Dosavadní denní rozvrh a zvyklosti**
  - Obvyklý čas vstávání
  - Odpočinek přes den (čas a délka)
  - Oblíbená zábava
  - Oblíbené hračky



- Osobní rituály dítěte
- Krizové chvíle, zlozvyky, případně fobie (a dobré zkušenosti jejich řešení)
- Schopnost udržování osobní hygieny a čistoty (plenky, pomoc...); co zvládá bezpečně, právě se učí, v čem potřebuje pomoc či dohled
- Schopnost sebeobsluhy (oblékání, obouvání); co zvládá bezpečně, právě se učí, v čem potřebuje pomoc či dohled
- **Stravování**
  - Dieta (co smí, nesmí, alergie)
  - Stravovací návyky (kdy, jaké množství jídla)
  - Schopnost sebeobsluhy (jak pije, používání příborů...); co zvládá bezpečně, právě se učí, v čem potřebuje pomoc či dohled
  - Stravovací zlozvyky a řešení konfliktů při stravování
- **Předávání dítěte**
  - Komu, kdy, kde, jak
  - Případy zpoždění
  - Předávání informací (jak a kdy); hodnocení a zpětná vazba

---

## **PROSTOR, KDE BUDE PÉČE PROBÍHAT**

---

V případě **péče v domácnosti dítěte** by:

### **1. rodiče měli:**

- zaručit bezpečnost prostoru
- seznámit pečující osobu předem s prostorem a vymežit kompetence při pohybování se v daném prostoru i zacházení s jeho vybavením

## 2. pečující osoba měla:

- poznat prostor předem
- respektovat požadavky rodičů

## 3. obě strany by se měly dohodnout na předání klíčů a zacházení s nimi.

V případě péče o dítě v domácnosti pečující osoby by:

### 1. pečující osoba měla:

- zaručit bezpečnost prostoru
- seznámit rodiče předem s prostorem

### 2. rodiče měli:

- poznat prostředí domácnosti pečující osoby
- mít „otevřené dveře“ do domácnosti pečující osoby

V případě péče o dítě mimo domácnost – například (v mateřském centru) by rodiče i pečující osoba měli předem znát prostory a podmínky včetně provozního řádu

---

## JAK BUDE PÉČE PROBÍHAT

---

Péče o dítě neznamena jen dávat pozor, aby se mu nic nestalo, a dávat dítěti najíst.

**Rodiče** mají právo vědět o pečující osobě:

- co bude s dítětem dělat (program a režim dne, plánované činnosti a aktivity...)
- jaké dovednosti dítěte dokáže rozvíjet

- kde čerpá inspiraci a jakým způsobem s dětmi pracuje
- zda je ochotná chodit s dítětem ven a kam

**Pečující osoba** by měla rodičům:

- sdělit své možnosti a schopnosti v oblasti rozvíjení dovedností dítěte
- přiznat své hranice v této oblasti
- vyhovět jejich požadavkům

**Kolik a jaké děti budou společně v péči** – pečující osoba může mít na starost dítě spolu s vlastním nebo bude pečovat o více dětí zároveň.

**Rodiče** by měli:

- vědět, jaké a kolik dětí bude mít pečující osoba zároveň v péči
- v ideálním případě poznat i rodiče dalších dětí

**Pečující osoba** by měla:

- seznámit rodiče s dalšími dětmi, o které bude společně pečovat
- umožnit setkání rodičů všech dětí, o které bude pečovat

---

## **OSOBNÍ KARTA DÍTĚTE**

---

Zejména v prvních dnech péče nemusí být pro pečující osobu snadné si zapamatovat veškeré údaje, proto si může usnadnit situaci, když si vytvoří podobnou kartu (nebo přímo kopii námi uváděné), kterou může mít stále při ruce. Karta se může hodit i v zařízeních jako jsou mateřská centra.

---

- Jméno a příjmení

---

- Datum narození

---

- Oblíbené oslovení

---

- Dieta

---

- Alergie

---

- Léky (název, čas podávání)

---

- Zdravotní omezení

---

- Pojišťovna

---

- Kontakty

---

- Matka

---

- Otec

---

- Další osoba/osoby

---

- Předávání dítěte (komu, kdy, kde, jak)

---

---

## KOMUNIKACE

---

Vzájemné porozumění rodičů a pečujících osob stejně jako obecné porozumění mezi lidmi je podmíněno především dobrou komunikací. Sdílení a naslouchání, které vede k porozumění a dorozumění, vyžaduje dodržování pravidel. Jako vodítko pro vzájemnou komunikaci rodičů a pečujících osob nabízíme komunikační desatero, které platí obecně pro mezilidskou komunikaci.

Dnes se často hovoří o asertivním chování, ale věnuje se málo pozornosti jeho podstatě. A tak rovněž uvádíme základní principy asertivity.

K pravému porozumění účinných zásad komunikace nelze dojít stručnými návody, zájemcům o hlubší porozumění doporučujeme vyhledat semináře, které se mezilidskou komunikací zabývají. Nabídky bývají různé, proto je třeba pečlivě vybírat. Na druhou stranu každý může ve svém životě krok za krokem zkoušet pozitivní, empatický a otevřený přístup na základě níže uvedených bodů. Sebedokonalejší příprava bez každodenního používání v osobním životě nám totiž moc nepomůže.

---

### Komunikační desatero aneb Deset zásad efektivní komunikace

---

#### **1. komunikovat jasně a konkrétně**

Vždy je třeba, abyste svá sdělení formulovali přesně, tak aby možnost nedorozumění byla co nejmenší. Nikdy nepředpokládejte, že druhý pochopí nebo vytuší, co máte na mysli. Nikdo z nás není jasnovidec.

## **2. zjistit, zda druhý chápe vaše sdělení stejně jako vy**

Většinu problémů můžete předejít, pokud si nějakým způsobem ověříte, zda druhý pochopil správně, co mu bylo řečeno. Nejjednodušší je zeptat se, vyzvat druhého, aby shrnul, co mu bylo řečeno.

## **3. dát druhým najevo, že je posloucháte**

Když s někým mluvíte, dívejte se mu do očí a dávejte mu najevo, že slyšíte – můžete kývat, klást doplňující otázky apod. Pokud budete dobrým posluchačem, budou i ostatní lépe poslouchat vás samotné. Navíc tím získáte jejich důvěru.

## **4. vybrat správný čas a správnou dobu**

Aby komunikace byla efektivní, všichni účastníci musí být na komunikaci správně vyladění. Např. stresová situace, únava, osobní starosti, ale i hluk a podobné „bariéry“ sdělování důležitých věcí vždy velmi znesnadňují.

## **5. nepřetěžovat informacemi sebe ani druhé**

Lidský mozek má jen určitou kapacitu, která prostě to, co je nad limit, nepřijímá. Dávejte pozor, zda druhý je ještě schopen „přijímat“. Pokud ne, odložte důležitý hovor na jinou vhodnější dobu.

## **6. mlčení nemusí znamenat souhlas**

Nevykládejte si mlčení jako souhlas, druhý může např. přemýšlet, nesouhlasit či prostě jen být unavený. Vždy se zeptejte, co si druhý myslí, co se mu honí hlavou, abyste mohli jeho reakce správně interpretovat.

## 7. neskákat druhým do řeči

Toto staré dobré pravidlo je nesmírně důležité. Nechte druhé vždy domluvit, i pokud s nimi nesouhlasíte. Příště už by vám svůj názor třeba nechtěli sdělit.

## 8. poskytovat zpětnou vazbu

Vždy je lepší chválit, ale i kritika, pokud je správně formulovaná, načasovaná a hlavně konkrétní, může být velice prospěšná. Nebojte se druhému říct, co se vám líbí a co ne, buďte však vždy věcní.

## 9. kontrolovat svůj hlas

Křik, nadřazenost ani nedůraznost k efektivní komunikaci zcela jistě nevedou. Snažte se mluvit klidně a dostatečně hlasitě, ostatní si pak budou vašich názorů více vážit.

## 10. věnovat pozornost neverbálním signálům

Řeč těla je zpravidla hůře ovladatelná vůlí než samotná slova. Může vám tedy mnoho napovědět. Sledujte gesta, postoj, mimiku, ale i tón a výšku hlasu druhého. Pokud vám např. někdo tvrdí, že vás poslouchá, ale je otočen zády a tváří se nepřístupně, jistě nebude vašim informacím „zcela otevřen“.



## Asertivita

Jako účinný nástroj v komunikaci nám může posloužit asertivita. Asertivní chování nám pomáhá při sebeobraně proti manipulaci, neoprávněné kritice i afektovaným a agresivním výpadům druhých vůči nám a zároveň nemani-pulovat ostatními lidmi.

Asertivita nás směřuje, abychom se uměli rozhodovat sami za sebe a nesli za své rozhodnutí zodpovědnost.

Měli bychom se naučit zacházet s **asertivními právy**:

- 1.** sami posuzovat své chování, myšlenky a emoce a nést za ně i za jejich důsledky sami odpovědnost
- 2.** nenabízet žádné výmluvy či omluvy za naše chování
- 3.** sami posoudit, zda a nakolik jsme odpovědni za problémy druhých lidí (ten kdo chce nést zodpovědnost za „problémy celého světa“, nakonec nepomůže nikomu...)
- 4.** změnit svůj názor
- 5.** dělat chyby a být za ně odpovědni (kdo nic nedělá, nic nezkazí, ale také nic nevytvoří)
- 6.** říct „já nevím“
- 7.** být nezávislí na dobré vůli ostatních (nejde se zavděčit všem)



**8. dělat nelogická rozhodnutí**

**9. říci „já ti nerozumím“**

**10. říct „je mi to jedno“ (máme právo nebýt perfektní podle definic někoho jiného)**

Vedle uplatňování asertivních práv pak je dobré se naučit také základním zásadám asertivní komunikace:

- Učme se kontrolovat své emoce
- Respektujme i osobní práva druhého
- Stručně a upřímně vyjadřujme své pocity
- Snažme se vidět sebe i druhého reálně
- Pokusme se **poznat stanovisko druhého a porozumět mu**
- Važme si názorů druhých
- Nemějme navrch za každou cenu
- Přiznejme omyl a napravme ho
- Nacházejme kompromisy

---

## **DOPORUČENÁ LITERATURA O DĚTECH, JEJICH VÝCHOVĚ, ROZVOJI SCHOPNOSTÍ A DOVEDNOSTÍ, I O KOMUNIKACI S DĚTI A DOSPĚLÝMI**

---

Výběr z téměř nekonečné řady titulů na témata uvedená v nadpisu poskytly lektorky rekvalifikačního kurzu v rámci projektu Krok k zaměstnání.

- Bom, P., Huber, M. Průvodce péčí o děti.  
Hranice: Fabula, 2005.
- Bukovská, Lucie, *Asertivní komunikace*,  
ISBN 80-86991-73-3, Vzdělávací institut  
ochrany dětí, Praha, 2006.

- Carlgren, F. *Výchova ke svobodě*. Praha: Baltazar, 1991.
- Dittrichová, J. et al. *Chování dítěte raného věku a rodičovská péče*. Praha: Grada, 2004.
- Hornáková, K., Kapalková, S., Mikulajová, M. *Jak mluvit s dětmi od narození do tří let*. Praha: Portál, 2009.
- Frühauf, P. *Výživa kojence*. Olomouc, *Pediatric pro praxi*, 2008.
- Jůva, V. *Základy pedagogiky*. Brno: Paido, 2001.
- Koláriková, Z., Pupala, B. *Předškolní a primární pedagogika*. Praha: Portál, 2001.
- Langmeier, J., Krejčířová, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, 2006.
- Matějček, Z. *Co děti nejvíce potřebují*. Praha: Portál, 1994.
- Matějček, Z. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Praha: Portál, 2000.
- Matějček, Z. *Po dobrém nebo po zlém? O výchovných odměnách a trestech*. Praha: Portál, 1994.
- Matějček, Z. *Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte*. Praha: Grada, 2005.
- Matějček, Z., Dytrych, Z. *Jak a proč nás trápí děti*. Praha: Grada, 1997.
- Mertin, V., Gillernová, I. a kol. *Psychologie pro učitelky mateřské školy*. Praha: Portál, 2003.
- Novák T., *Asertivita v manželství a v rodině*. Praha, Grada 2011
- Opravilová, E., Gebhartová, V. *Rok v mateřské škole*. Praha: Portál, 2003.
- Pol, M. *Waldorfské školy: izolovaná alternativa, nebo zajímavý podnět pro jiné školy?* Brno: Masarykova univerzita, 1995.
- Prekopová, J. *Malý tyran*. Praha: Portál, 1993.
- Prekopová, J. *Nese mě řeka lásky*. Brno: Cesta, 2007.

- Prekopová, J., Schweizerová, Ch. Děti jsou hosté, kteří hledají cestu. Praha: Portál, 2003.
- Raková, M, Štíplová, L., Tichá, A. Zpíváme a nasloucháme hudbě s nejmenšími. Praha: Portál, 2009.
- Říčan, P. Cesta životem. Praha: Portál, 2004.
- Slavíková, V., Slavík, J., Eliášová, S. Dívej se, tvoř a povídej. Artefiletika pro předškoláky a mladší školáky. Praha: Portál, 2007.
- Sobotková, D., Dittrichová, J. Hra ve vývoji dětí v prvním roce života. Praha: Grada, 2006.
- Šimanovský, Z. Hry s hudbou a techniky muzikoterapie. Praha: Portál 2007.
- Šimanovský, Z. Mertin V. Hry pomáhají s problémy. 1. vyd. Praha: Portál, 1997
- Šimanovský, Z., Tichá, A. Lidové písničky a hry s nimi. Praha: Portál, 2007.
- Šramlová, L. Zpíváme a hrajeme si s miminkem. Vydáno vlastním nákladem, 2009.
- Tichá, A., Raková, M. Zpíváme a hrajeme si s nejmenšími. Praha: Portál, 2007.
- Vágnerová, M. Vývojová psychologie. Praha: Portál, 2001.
- Věneček říkadel, básniček, písniček, her, vyprávěnek a nápadů pro (nejen) rodiče dětí waldorfských školek (i škol)... Jaro, Léto, Podzim, Zima. Sborník 2002.



# LEGISLATIVNÍ RÁMEC

## Úmluva o právech dítěte

Mezinárodní úmluva o právech dítěte má v ohledu na dítě nejvyšší právní sílu – její ustanovení mají přednost před zákony. Plnění Úmluvy sleduje Výbor pro práva dítěte.

### Tři P – základní zásady Úmluvy

- 1. PROVISION** (zaopatření) zajištění přežití a rozvoje dětí
- 2. PROTECTION**  
ochrana dětí
- 3. PARTICIPATION**  
účast dětí na životě společnosti  
a způsobilost dětí mít práva a povinnosti

Podle této Úmluvy je dítětem každý lidský tvor do 18 let, pokud není věk dospělosti stanoven jinak zákony konkrétní země. Při péči o děti je nejdůležitější zásada zakotvená v čl. 3, a sice že **zájem dítěte musí být předním hlediskem při jakékoli činnosti týkající se dětí.**



---

## STÁVAJÍCÍ ZÁKONY A PŘEDPISY ČR

---

Díky dnešním podmínkám najdeme veškeré zákony, zákoníky, vyhlášky, nařízení a další právní předpisy **na Internetu. Konkrétně například na adrese:**

- <http://www.zakony.propravo.cz>

Neočekává se, že pečující osoba bude studovat všechno. Důležitá je orientace v normách, které se bezprostředně týkají péče o dítě.

---

### Péče o děti úhlem pohledu živnostenského zákona

---

#### I. Vázaná živnost

##### Péče o dítě do tří let věku

Vyžaduje odbornou způsobilost. Způsobilost musí prokázat fyzická osoba žádající o živnostenské oprávnění, u právnické osoby pak odpovědný zástupce.

K provozování **péče o dítě do tří let věku** se požaduje odborná způsobilost k výkonu jednoho nebo více z těchto povolání: všeobecná sestra, zdravotnický asistent, ošetřovatel, porodní asistentka, záchranář, sociální pracovník/ice, pracovník/ice v sociálních službách

Jak lze získat požadovanou odbornou způsobilost, stanoví *zákon č. 96/2004 Sb., o podmínkách získávání a uznávání způsobilosti k výkonu zdravotnických nelékařských povolání a výkonu činností souvisejících s poskytováním zdravotní péče* (zkráceně zákon o nelékařských zdravotnických povoláních) nebo *zákon*

108/2006 Sb., o sociálních službách. Podmínku odborné způsobilosti lze splnit také předložením dokladu o vykonání tříleté praxe v oboru nebo dokladu o uznání odborné kvalifikace, pokud byla získána v zahraničí.

Další podmínky:

- dosažení 18 let věku
- způsobilost k právním úkonům
- bezúhonnost – prokazuje se výpisem z rejstříku trestů

## II. Volná živnost

Volné živnosti vhodné pro pečující osoby jsou dvě:

### 1. Poskytování služeb pro rodinu a domácnost

K provozování této živnosti není vyžadována odborná ani jiná způsobilost, stačí splnit všeobecné podmínky. Obsahem živnosti je poskytování služeb pro rodinu a domácnost, zejména zajišťování chodu domácnosti (vaření, úklid, praní, žehlení, péče o zahradu a podobně), individuální péče o děti nad tři roky v rodinách, příležitostné krátkodobé hlídání dětí včetně dětí do tří let věku, péče o osoby vyžadující zvýšenou péči, obstarávání nákupů a jiných záležitostí souvisejících s chodem domácnosti.

### 2. Mimoškolní výchova a vzdělávání, pořádání kurzů, školení, včetně lektorské činnosti.

Obsahem činnosti není výchova a vzdělávání ve školách, předškolních a školských zařízeních zařazených do rejstříku škol a školských zařízení, ale dohled nad dětmi v rodinách.

Obě volné živnosti se řídí při své činnosti pouze obecně platnými právními předpisy. Jejich obsahem není péče o děti do tří let věku v denním režimu. Poplatek za službu si stanoví poskytovatel sám na komerční bázi.

**[ ! ]** **Vázané i volné živnosti jsou tzv. ohlašovací, takže v tomto případě stačí živnost ohlásit místně příslušnému živnostenskému úřadu.**

---

## **Trestní zodpovědnost**

Péče o dítě mimo členy rodiny znamená naprostou otevřenost a obě strany by měly vědět, jak se zachovají, když se přihodí nečekaná situace, která může znamenat ohrožení dítěte.

Každý rodič stejně jako pečující osoba by měl vědět, jaká jsou jeho práva, když má podezření, že se druhá strana chovala na hranici či mimo normu. Zároveň by obě strany měly znát své povinnosti učinit oznámení státnímu zástupci nebo policejnímu orgánu v závažných případech, jakými jsou například podezření na omezování svobody dítěte, zanedbávání, týrání či dokonce sexuální zneužívání dětí případně zanedbávání péče.

Uvedené povinnosti vyplývají z **Trestního zákoníku, hlavy II Trestní odpovědnost a hlavy IV Trestné činy proti rodině a dětem**. Trestní zákoník v této podobě nabyl platnosti 1. 1. 2010.

**Přehled státních zástupců** ke dni 12. 03. 2012 najdete na adrese:

- <http://www.justice.cz>

---

## POJIŠTĚNÍ

---

Osoby pečující o děti mají především podle § 415 občanského zákoníku obecnou prevenční povinnost. Každý je povinen počínat si tak, aby nedocházelo ke škodám na zdraví, na majetku, na přírodě a životním prostředí. Tato povinnost se vztahuje na osoby fyzické i právnické.

**Pečujícím osobám** doporučujeme zajistit si pojištění odpovědnosti. V zásadě jsou dva druhy pojištění odpovědnosti – pojištění odpovědnosti za škody v běžném občanském životě a pojištění odpovědnosti za škody při výkonu povolání. Pojišťovny mají zpravidla tři různé pojistné limity – pro škody na zdraví, pro škody na majetku a pro škody finanční.

U pečující osoby je důležité mít odpovědnost za škodu vzniklou na zdraví a životě dítěte a na odpovědnost za škodu vzniklou na věci či majetku.

Ochrana je poskytována tak, že pojišťovna za vás poškozenému subjektu náhradu škody uhradí.

Každá pojišťovna má svůj vlastní „balíček“ nabídek pojištění, ale zároveň bývají pojišťovací poradci nakloněni vyhledat vhodné pojištění „na míru“ žadatele.

**Zařízení péče o děti** (například mateřské centrum) podle zákona č. 40/1964 Sb., občanského zákoníku odpovídá zařízení dítěti za škodu, kterou utrpělo v době, kdy nad ním toto zařízení vykonávalo dohled. Zařízení také podle § 433 odpovídá za škodu, která vznikla dětem na věcech, které měly odložené na místech k tomu určených nebo tam, kde se obvykle ukládají (například na věšáku nebo v šatně), pokud by ke škodě



došlo jinak. Této odpovědnosti se nezprostíme jednostranným prohlášením např. „za odložené věci neručíme“ ani dohodou.

Je vhodné, aby i zařízení bylo pojištěno pro případ odpovědnosti za škodu na životě a zdraví dítěte a za škodu na věci.

---

## **SMLOUVA S RODIČI**

---

Rodiče a pečující osoba mohou sepsat smlouvu, která by měla zahrnovat základní práva a povinnosti obou stran. Rozsah záležitostí na dohodě, základ by se měl dotýkat práv a povinností v oblastech spojených s péčí o dítě.

---

### **Vzor smlouvy mezi rodiči a pečující osobou — respektive okruhy témat, která by měla být předmětem smlouvy**

---

**Jméno a příjmení rodiče/rodičů dítěte**

**Datum narození**

**Adresa**

(dále jen „rodič/rodiče“)

a

**Jméno a příjmení pečující osoby**

**Datum narození**

**Adresa**

(dále jen „pečující“)

smluvní strany se dohodly

#### **I. Předmět smlouvy**

Rodiče a pečující se dohodli na péči o dítě (**jméno a příjmení**). Smlouva obsahuje dohodnuté podmínky péče.

## **II. Průběh péče**

- kdo, kdy a kde bude dítě hlídat
- způsob výchovy (bez násilí)
- zajištění bezpečnosti prostředí
- zajištění stravování
- zajištění potřeb pro péči
- řešení v případě infekčního onemocnění dítěte či pečující osoby

## **III. Zodpovědnost**

Pojištění

- odpovědnost za škodu vzniklou na zdraví a životě dítěte
- odpovědnost za škodu vzniklou na věci

## **IV. Výše a forma vyplácení odměny**

- výše dohodnuté hodinové (resp. měsíční) odměny
- způsob vyplácení (např. osobně, na účet – uvést číslo účtu)
- termín vyplácení odměny

## **V. Způsob vypovězení smlouvy**

Podmínky, za jakých je možné smlouvu vypovědět jak rodiči, tak pečující osobou.

## **VI. Další ustanovení**

Nedotknutelnost právních vztahů vyplývajících z platného právního řádu ČR.

## **VII. Závěrečná ustanovení**

- Svobodné rozhodnutí obou stran
- Dvě vyhotovení – každá strana jedno

Datum a místo podpisu:

Podpisy obou stran

---

## STĚŽEJNÍ LEGISLATIVNÍ NORMY PRO PEČUJÍCÍ OSOBU I PRO RODIČE DĚTÍ

---

- Šamanová, Tereza: *Legislativa upravující péči o děti ve věku do tří let: historie, aktuality a perspektivy*, 2007.
- Ústavní zákon č. 1/1993 Sb. ústava České republiky
- Ústavní zákon č. 2/1993 Sb., Listina základních práv a svobod
- Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník
- Zákon 94/1963, zákon o rodině (poslední změny k 1. 9. 2008)
- Zákon č. 40/1964 Sb., občanský zákoník, poslední novelizace zákonem č. 132/2011 Sb. a zákonem č. 139/2011 Sb.
- Zákon č. 513/1991 Sb., obchodní zákoník, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon 455/1991 Sb., o živnostenském podnikání, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon 130/2008 Sb. Zákon, kterým se mění zákon č. 455/1991 Sb., o živnostenském podnikání
- Nařízení vlády České republiky č. 278/2008 Sb., o obsahových náplních jednotlivých živností

---

### Odkazy na webové stránky:

---

- [www.justice.cz/cgi-bin/sqw1250.cgi/zresortu/zastupci.html](http://www.justice.cz/cgi-bin/sqw1250.cgi/zresortu/zastupci.html)
- [www.detskaprava.cz](http://www.detskaprava.cz)
- [http://cs.wikipedia.org/wiki/%C3%9Amluva\\_o\\_pr%C3%A1vech\\_d%C3%ADt%C4%9Bte](http://cs.wikipedia.org/wiki/%C3%9Amluva_o_pr%C3%A1vech_d%C3%ADt%C4%9Bte)
- <http://www.vlada.cz/cz/pracovni-a-poradni-organy-vlady/rfp/dokumenty/zpravy-plneni-mezin-umluv/umluva-o-pravech-ditete-42656/>
- <http://www.pravnik.cz/uplna-zneni/uz-38.html>

---

## PŘIPRAVOVANÉ ZMĚNY

---

### Návrh věcného záměru zákona o službách péče o děti

---

Ministerstvo práce a sociálních věcí připravilo návrh věcného záměru zákona o službách péče o děti, který byl zpracován v souladu s programovým prohlášením vlády, ve kterém se vláda zavázala podpořit rozvoj alternativ rodinné péče ve fázi pre-primárního vzdělávání, rozvoj firemních školek, alternativních předškolních zařízení typu mateřských a rodinných center, ale i institut sousedského hlídání, a vytvářet tak podmínky pro rychlejší návrat pečujících rodičů k výdělečné činnosti.

Návrh věcného záměru zákona z roku 2010 obsahoval původně širší možnosti, ale v průběhu příprav do paragrafového znění doznal další změny. Proces ke konci března 2012 zatím stále není ukončen, některá opatření se podařilo vyřešit jako dílčí změny, jiná jsou v procesu řešení a některá neprošla. Například již došlo ke zrušení bezplatnosti opakování posledního roku mateřské školy. Z návrhu zcela vypadla vzájemná rodičovská výpomoc, která dle legislativců může běžet tak jako „malá dětská skupina“, také se nepodařilo prosadit rozšíření živností.

V současné době by mělo dojít na přípravu paragrafového znění, přesto není ani zcela jasné, co všechno z následujících zbylých opatření nakonec v novém zákoně zůstane

- 1. Dětská skupina – vytvoření nového typu služby nepřiležitostné a nekrátkodobé péče o děti poskytované na komerčním i nekomerčním základě v zařízení péče o děti.**

Jedná se o právní úpravu služby nepřiležitostné a nekrátkodobé péče o děti v zařízení, tj. mimo domácnost dítěte, na nekomerčním základě mimo režim zákona o živnostenském podnikání a na komerčním základě z hlediska věcné působnosti zákona o živnostenském podnikání. Vždy se jedná o služby mimo režim školského zákona. Vymezuje se hygienické, provozní a prostorové podmínky poskytování péče o děti v rámci dětské skupiny, stanoví se počet dětí, o které může být v jednom časovém úseku pečováno jednou pečující osobou, a zároveň se stanoví nejvýše přípustný počet dětí v zařízení, v němž je o děti pečováno.

## **2. Odborná způsobilost**

Dále se vymezuje odborná způsobilost pro osoby pečující o děti do 7 let věku. V procesu schvalování je profesní kvalifikace pro činnost chůvy do zahájení povinné školní docházky. Ve fázi příprav je na MPSV udělování autorizace subjektům, které budou tyto zájemce o profesní kvalifikace přezkušovat a udělovat osvědčení o úspěšném složení zkoušky dílčí kvalifikace.

## **3. Daňová podpora**

Bude zavedena daňová uznatelnost nákladů zaměstnavatele v souvislosti s poskytováním služeb péče pro děti svých zaměstnanců a zároveň bude zavedena sleva na dani z příjmů pro rodiče-zaměstnance při zajištění péče o děti formou služby péče o děti v souvislosti se vstupem/návratem na trh práce.

# BEZPEČNÉ PROSTŘEDÍ A POHYB

---

## DŮLEŽITOST PREVENCE

---

Dítě přichází na svět bez zkušeností, od narození se před ním rozprostírají neznámé světy, do kterých denně podniká výzkumné výpravy za poznáním. A to dříve než začne chodit. Postrádá znalosti dospělých, jejich zkušenosti a poučení, odhad, navíc mu chybí dospělé rozměry, kterým bývá okolní svět přizpůsoben. Nástrojem zkoumání bývají ruce a ústa, v očích dítěte není nic nemožného, o pudu sebezáchovy mnoho neví, vůči nástrahám bývá dítě zcela bezbranné. Nejfrekventovanější „nehody“ dětí jsou pády z přebalovacího pultu a pády v období, kdy se dítě učí chodit.

Pro dospělého není vůbec snadné být dítěti dobrým průvodcem na jeho cestách za poznáním světa a života v něm. Dítě vyžaduje stálou pozornost a předvídavost dospělého, ten by měl být vždy situačně alespoň o krok napřed. Nejde o to zamezit dětem poznání, jde o bezpečné provázení tak, aby se seznámily s hrozícím nebezpečím a prošly jím bez následků.

Čím je dítě mladší, tím více potřebuje zajistit bezpečný prostor. Některá opatření se zdají samozřejmá a někdy i banální. Není však dobré prevenci podceňovat. Výšky, voda, oheň, elektřina, technika, chemické přípravky a léky podobné bonbónům patří k neodolatelným lákadlům.

**[ ! ]** K preventivním opatřením patří i doporučení: **Nekuřte před dětmi.**

---

## Schody a zábradlí

---

**Možnosti úrazu:** pádem ze schodů a zábradlí, zaklíněním či propadnutím výplní zábradlí

**Prevence:**

- Zajistíme schodiště dětskými vrátky s bezpečnostní pojistkou
- Ověříme bezpečnost rozměrů zábradlí
- S dítětem v náručí se přidržujeme jednou rukou zábradlí
- Nenecháváme hračky či jiné věci na schodech

---

## Nábytek a podlahy

---

**Možnosti úrazu:** poraněním ostrými hranami, pádem z přebalovacích pultů, pádem z nábytku, zavalením nábytkem, pádem věcí, skřípnutím do dveří či zásuvek nábytku, rozbitím skla, uklouznutím na klouzavém koberci, na mokré podlaze

**Prevence:**

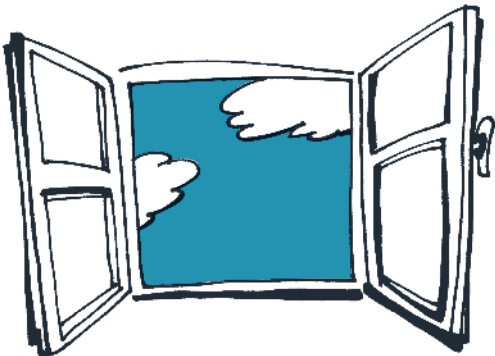
- Zajistíme ostré rohy a hrany plastovými chrániči
- Při přebalování dítě vždy jednou rukou přidržujeme
- Snažíme se co nejvíce zabránit lezení po nábytku
- Zajistíme nábytek před pádem
- Odstraníme nebezpečné předměty z dosahu dětí
- Zabezpečíme otevírání dveří či zásuvek nábytku
- Zabezpečíme koberce proti skluzu
- Utíráme hned rozlitou vodu
- Nevytíráme v přítomnosti dítěte

## Okna, dveře, balkóny a terasy

**Možnosti úrazu:** vypadnutím z okna, stržením záclon nebo závěsů, škracením, skřípnutím dveřmi, rozbitím skleněné výplně dveří, pádem z balkónu či terasy, zaklíněním či propadnutím výplní zábradlí

### **Prevence:**

- Odstraníme od oken židle a stoly, aby se děti nedostaly do otevřeného okna
- Pořídíme pojistky, které zabraňují úplnému otevření okna
- Větráme buď jen ventilací, nebo za naší přítomnosti
- Dáváme pozor na šňůry od záclon či závěsů
- Zabezpečujeme dveře před průvanem
- Dáváme pozor při otevírání a zavírání dveří
- V bezprostřední blízkosti skleněných výplní neumísťujeme pohyblivé kusy nábytku
- Zavíráme dveře na balkón či terasu
- Na balkóně či terase nenecháváme děti bez naší přítomnosti
- Ověříme bezpečnost rozměrů zábradlí





## Prostředí kuchyně

**Možnosti úrazu:** poraněním ostrými hranami, poraněním ostrými předměty a nástroji, popálením nebo opařením horkou vodou, horkým jídlem, popálením horkou plotnou nebo troubou, stržením ubrusu a těžkých předmětů, zásahem elektrického proudu, ohněm

### **Prevence:**

- Zajistíme ostré rohy a hrany plastovými chrániči
- Zabezpečíme přístup k nebezpečnému nádobí, nástrojům a přístrojům
- Zabráníme pobytu dítěte v blízkosti sporáku, varné konvice, trouby
- Nenecháváme šňůry od kuchyňských přístrojů viset v dosahu dítěte
- Neodkládáme horké nádoby a plechy prázdné natož plné na zemi
- Neodkládáme nádoby prázdné natož plné, nástroje a přístroje na kraji pracovní desky či stolu
- Pojistíme stržení ubrusu držáky na ubrus
- Používáme bezpečnostní kryty zásuvek, ochranný panel a dětský zámek na sporák a troubu
- Ukládáme zápalky, zapalovače a kuchyňské chemikálie (byť jen mycí prostředky) a alkohol na bezpečné místo z dosahu dětí
- Zavíráme bezpečně spíž a úložní prostory
- Nenecháváme odpadkový koš v dosahu dětí
- Nenecháváme v dosahu dětí tašky s nákupem
- Pořizujeme pračku s dětskou pojistkou

---

## Stravování

---

**Možnosti úrazu:** popálením horkou stravou, otrávením, zaskočením jídla, pád z dětské židličky

**Prevence:**

- Jíme společně v klidu u stolu
- Podáváme dětem jídlo, jehož teplotu předem ověříme
- Dáváme pozor na horké příbory a nádoby
- Podáváme dětem stravu v podobě přeměřené jejich věku (nakrájenou)
- Vyvarujeme se u dětí vdechnutí bonbonů, oříšku apod.
- Podáváme dětem stravu bez obalů
- Používáme dětskou židličku, která je dostatečně stabilní proti převrácení
- Nenecháváme dětem bryndáčky i mimo jezení
- Ukládáme léky bezpečně mimo dosah dětí

---

## Elektřina, voda, oheň a chemikálie

---

**Možnosti úrazu:** zásahem elektrického proudu, popálením horkou vodou, tonutím, popálením ohněm, otrávením, poleptáním

**Prevence:**

- Používáme bezpečnostní kryty zásuvek
- Udržujeme veškeré elektrické šňůry mimo dosah dětí
- Učíme děti otevírat kohoutek se studenou vodou jako první

- Nikdy nenecháváme hořící svíčku ani jiný otevřený oheň, aniž bychom zůstali nablízku
- Nenecháme děti hrát si v blízkosti horké žehličky a nežehlíme v jejich přítomnosti
- Dbáme na bezpečnost v okolí hořících kamen a krbu (vytvoříme vhodnou zábranu)
- Nepoužíváme elektrické spotřebiče ve vaně ani jejím okolí
- Chemikálie, čisticí prostředky a kosmetiku ukládáme na bezpečná pro děti nedostupná místa

## Hračky

**Možnosti úrazu:** poraněním rozbitými hračkami, vdechnutím malých kousků hraček

### **Prevence:**

- Kontrolujeme stav hraček a včas odstraňujeme poškozené a rozbité
- Pořizujeme pouze zdravotně nezávadné hračky s bezpečnostním atestem
- Používáme hračky odpovídající věku dítěte
- Nedáváme dětem na hraní igelitové tašky, malé předměty ani korálky
- Udržujeme hračky v čistotě



---

## Květiny v bytě

---

**Možnosti úrazu:** otrava jedovatými rostlinami, stržením květináče, požárem způsobeným elektrickým proudem

**Prevence:**

- Bytové prostory vybavujeme rostlinami, o kterých bezpečně víme, že nejsou jedovaté, ani nezpůsobují alergie
- Květináče s květinami umístíme na bezpečná místa proti stržení
- Nikdy nedáváme pokojové rostliny ani řezané květiny na televizi a jiné elektrické přístroje (zalévání květin nebo převržená váza mohou vyvolat požár způsobený elektrickým proudem)

---

## Zahrada

---

**Možnosti úrazu:** otrava jedovatými rostlinami, pádem ze stromů a jiných výšek, zraněním zahradními nástroji a přístroji, tonutím v bazénu, úpal

**Prevence:**

- Nepěstujeme žádné rostliny, které mají jedovaté listy, květy nebo plody – ani v malém množství
- Vytváříme bezpečné prostředí pro pohyb a hry dětí na zahradě
- Kontrolujeme stav prolézaček, houpaček a dalšího vybavení pro pohyb a zábavu dětí

- Učíme děti rozpoznávat nástrahy přírody a bezpečnému pohybu včetně lezení po stromech
- Uchováváme zahradní nářadí, sekačku trávy, chemikálie, postřikovač a prostředky pro rozdělování ohně na uzamčeném místě
- V zahradě s bazénem, fontánou nebo jezírkiem nenecháme děti nikdy samotné
- Pokud není dětský nafukovací bazén používán, přikryjeme jej plachtou správné velikosti
- Bazén větší hloubky zabezpečíme zvýšením boční stěny, nebo ještě lépe plotem se zamykacími vrátky tak, aby se děti do něho nedostaly bez naší pomoci
- Pečlivě zabezpečíme i další místa s vodou (např. sudy na dešťovou vodu), žumpy, septiky apod.
- U rozdělaného ohně nikdy nenecháme děti samotné
- Horké slunné dny trávíme s dětmi ve stínu

## Psi a jiná domácí zvířata

**Možnosti úrazu:** kousnutí, seknutí a poškrábání

**Prevence:**

- v kontaktu se psem či kočkou bychom měli vést děti k zásadě, že zvíře není hračka
- dbáme na to, aby nesahaly na cizí psy či kočky
- učíme je, aby ke zvířatům přistupovaly zepředu

- vedeme je k tomu, aby nechaly je v klidu nažrat
- u exotických zvířat pamatujeme na to, že zvířecí instinkty neodstraníme, ani když je vychováte od malička, při leknutí či jiném podráždění může spontánně zaútočit

**[ ! ]** Není však dobré si brát na zodpovědnost k dítěti/dětem ještě domácí zvíře!

## Veřejné komunikace

**Možnosti úrazu:** střet s dopravním vozidlem, vypadnutí z kočárku

**Prevence:**

- dítě vozíme v kočárku vždy připoutané
- přecházíme na bezpečném místě a přechodu pro chodce
- s kočárkem nevjíždíme do vozovky, když není jasné, že se provoz zastavil
- kde není chodník, používáme levou stranu vozovky, aby přijíždějící vozidla kočárek viděla
- při chůzi po chodníku vedeme dítě vždy na straně vzdálenější od silnice
- z dopravních prostředků vystupujeme s dítětem vždy na straně chodníku a přecházíme až po odjezdu vozidla
- děti nepouštíme na silnici samotné

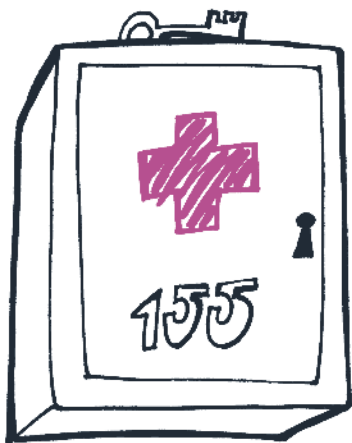
# První pomoc

# PRVNÍ POMOC

## DOMÁCÍ LÉKÁRNIČKA

V domácí lékárničce máme vše nutné pro první pomoc. Obsah přizpůsobujeme stáří a potřebám dítěte. Není dobré dělat si velkou zásobu. Lékárničku jasně označíme a umístíme ji na stálé místo mimo dosah dětí (ideální je se zámkem). Léky skladujeme vždy v původních obalech kvůli datu výroby a doby použitelnosti (expiraci) a s příbalových letáků. Pravidelně (alespoň jednou za půl roku) kontrolujeme použitelnost léků. Prošlé odevzdáváme v lékárně.

Kromě lékárničky se nám může stát dobrým pomocníkem i publikace první pomoci a potřebná telefonní čísla, obojí umístíme v bezprostřední blízkosti lékárničky.





## Základní vybavení

### Léky

V lékárně máme vedle léků, které dítě užívá pravidelně, preventivně léky pro nenadálé případy. Volbu vhodného druhu léků z nabídky raději konzultujeme v lékárně. Ve skladbě léků by měla být zastoupena medicína:

- na snížení teploty
- proti průjmům
- na nachlazení
- bylinné čaje či sirupy proti kašli
- na alergické reakce
- na vypláchnutí očí
- na popáleniny

### Zdravotnický materiál

- teploměr (na doporučení Evropské Unie raději digitální, je bezpečnější)
- náplast – polštářkovou i kotoučovou náplast (ručně trhací bez nůžek)
- dezinfekční prostředek
- elastické obinadlo
- hydrofilní obinadlo
- gumové rukavice – jednorázové
- resuscitační rouška

### Přenosný balíček první pomoci na pobyt venku

- dezinfekční prostředek
- polštářkové náplasti různých velikostí
- balíček sterilní vaty
- 2 sterilní obvazy různé velikosti
- balíček sterilních gázových čtverečků
- gumové škrtdlo
- trojcípý šátek
- spínací špendlíky
- pinzeta
- nůžky

---

## ZÁKLADY PRVNÍ POMOCI

---

### Obecné zásady

---

V situaci, kdy dojde k úrazu dítěte, stává se základním úkolem dospělého zachovat klid, zjistit stav dítěte, odhadnout potřebnou pomoc a jednat rychle, ale s rozvahou.

Pokud si nejsme jisti, kontaktujeme dětského lékaře, případně nemocnici. Jakmile však zjistíme, že povaha zranění vyžaduje okamžitou lékařskou pomoc, voláme záchrannou službu **155**. Pokud máme k dispozici odvoz a povaha zranění to umožňuje, dopravíme dítě do nemocnice sami, v každém případě však kontaktujeme záchrannou službu.



# 155

---

## Zásady volání rychlé záchrané pomoci

---

**1.** Vytočíme číslo **155** (popřípadě **112**)

**2.** Zřetelně sdělíme:

- co se přihodilo
- kdy se to přihodilo
- věk dítěte
- popisujeme stav a příznaky dítěte
- udáme adresu, kde se nacházíme, případně popíšeme místo události

**3.** Vnímáme pokyny záchrané služby a reagujeme na ně

**[ ! ]** Školený personál u telefonní linky záchrané služby dokáže přispět cílenou radou k poskytnutí první pomoci po telefonu, než se dostaví záchranáři.

---

## NEJČASTĚJŠÍ ÚRAZY

---

Úrazy v dětském věku si nikdo nepřeje, ale přes veškerou snahu o jejich prevenci se stávají. U malých dětí se vedle častých odřenin, řezných ran nebo zlomenin setkáváme s popálením a opařením, dětem se nevyhne ani krvácení, ani úrazy hlavy, otřesy mozku, šok, otravy, tonutí.

Mnohým úrazům můžeme předejít, přesto nás může potkat souhra náhod a nečekaných událostí, proto je dobré se připravit jednak vybavením a především osvojením základů první pomoci. Včasná a správně zvolená pomoc může předejít nežádoucím následkům, nebo je alespoň zmírnit.

## Drobné oděrky a tržné rány

Malá poranění, která nepotřebují ošetření lékaře, vyčistíme (vodou, popřípadě mýdlem a kartáčkem – pokud je v ráně písek nebo hlína), dezinfikujeme a opatříme náplastí či obvazem.

## Popáleniny

Odstraníme oděv z poškozeného místa a zjistíme stav popáleniny a v případě většího rozsahu **okamžitě zavoláme lékařskou pomoc** a chováme se dle rad lékaře. Puchýře nepropichujeme, příškvary nestrháváme, neaplikujeme žádné masti, zásypy apod. Do té doby, než převezme péči o dítě lékař, místo překryjeme sterilním obvazem (popřípadě čistou přežehlenou látkou) a chladíme.

Jedná-li se o malý rozsah popálení a místo jen zčervená, stačí poškozené místo chladit vodou (10–20 minut) a po zchlazení nanést chladivý gel.

## Klíšťata

Klíšťata nepatří v pravém slova smyslu mezi úrazy, ale na jejich včasném odstranění hodně záleží. Dnes se doporučuje místo řádně dezinfikovat, pak kývavým pohybem odstranit (pokud nemáme speciální kleštičky) a vzniklou ranku opět dezinfikovat.

## Zlomeniny

### Zlomeniny rozeznáváme:

otevřené, zavřené, jednoduché, komplikované, bez poškození okolních tkání nebo s poškozením.

### Příznaky zlomenin:

zejména deformace v místě zlomeniny, bolest, nemožnost pohybu, otok, krevní výron, u otevřených zlomenin je viditelný kus kosti a krvácení.

### První kroky pomoci:

postiženou končetinu je třeba znehybnit pomocí dlah, na ruku stačí šátkový úvaz. Je-li zranění rozsáhlejší, je nutné zajistit životní funkce, případně zastavit krvácení a zajistit lékařskou péči.

- [ ! ]** **Pozor:** pro děti však je příznačné, že mají pružné kosti a zlomenina končetiny se okolí jeví jako pohmožděnina, protože oba konce zlomené kosti jsou pevně spojeny okosticí, pokud není **končetina příliš namáhána**, dítě zlomeninu moc nevnímá.



## Tonutí

Tonutí vyžaduje obzvláště rychlé jednání:

- Bezpečně vytáhneme dítě z vody (nezapomeňme na vlastní bezpečnost)
- Zkontrolujeme životní funkce, vyčistíme dutinu ústní
- Pokud nejeví známky života, snažíme se o resuscitaci
- Zavoláme záchrannou službu
- Dle stavu začneme resuscitovat.
- Pokud dítě dýchá a je při vědomí, snažíme se zabránit podchlazení

**[ ! ]** U dětí bývá naděje na záchránění i po více než padesáti minutách po události.

## Bezvědomí

Dítě oslovíme, jemně s ním zatřese a sledujeme jeho reakci. Přiložíme ucho k jeho ústům a nosu, sledujeme pohyby hrudníku:

- Dýchá-li, uložíme jej do tzv. stabilizované polohy, kontrolujeme životní funkce a voláme **155**.
- Dítěti bez známek dýchání se nejprve se pokusíme uvolnit dýchací cesty, **voláme 155** a zahájíme resuscitaci (křížení) pomocí **umělého dýchání a masáže srdce**

**[ ! ]** Pracujeme rychle, důležitá je každá vteřina!

## Umělé dýchání a masáž srdce

Pokud je to možné, přivoláme další pomocníky, zůstaneme-li sami, nejprve 1 minutu resuscitujeme a pak teprve voláme **155** (u dospělých nejprve voláme). Postupujeme podle tak zvaných **ABC** kroků:

- **AIRWAY** (dýchací cesty)  
obnovení průchodnosti dýchacích cest
- **BREATHING** (dýchání)  
umělé dýchání
- **CIRCULATION** (krevní oběh)  
nepřímá masáž srdce

### **A** Obnovení průchodnosti dýchacích cest

- dítě položíme do stabilizované polohy (pokud ovšem nehrozí poranění páteře)
- uvolníme dýchací cesty: vyčistíme ústa, případně odstraníme překážku (když to dovolí stav dítěte, otočíme dítě nohama vzhůru a poklepeme mezi lopatky)

### **B** Umělé dýchání

- u dětí do osmi let nejprve začneme umělými vdechy (u starších a dospělých zkusíme nejprve masáž srdce)
- podložíme jednu ruku pod krk dítěte ležícího na zádech, druhou mu položíme na čelo a stlačíme hlavu mírně dozadu
- nejmenším dětem (cca do jednoho roku) vdechujeme zároveň do úst i nosu – opakujeme 5×

## C Nepřímá masáž srdce

- zkontrolujeme srdeční činnost (dítě do 1 roku – puls hmatáme na vnitřní straně paže, dítě nad 1 rok – puls hledáme pohmatem na krční tepny)
- u dítěte do jednoho roku stiskneme prsty hrudní kost směrem k podložce do hloubky asi 1,5 cm a poté tlak uvolníme (stlačujeme asi 2× za vteřinu)
- u starších dětí stlačujeme dlaní (cca 100× za minutu)
- po 3 stlačeních vždy provedeme umělý vdech
- dobré je pracovat ve dvou, pak jeden masíruje, druhý vdechuje

**[ ! ]** Oživování nepřerušujeme a pokračujeme v masáži a dýchání až do příjezdu záchranné služby. Přestaneme pouze, začne-li dítě samo dýchat, pak ho uložíme do tzv. stabilizované polohy na boku a kontrolujeme jeho životní funkce.

**[ ! ]** Doporučujeme vyhledat možnost praktického zaškolení. Prostřednictvím internetu je možné najít poměrně širokou a dostupnou nabídku.





## Krvácení

- 1. Tepenné krvácení (nejzávažnější typ krvácení, protože může dojít k velkým ztrátám krve, rozvoji šoku a smrti vykrvácením)**

**[ ! ]** Krev má většinou světle červenou barvu a z rány v pravidelných intervalech vystřikuje – **nutná rychlá první pomoc a transport k lékaři**

**První pomoc:** konáme rychle a s rozvahou: nejprve poraněnou cévu stiskneme prsty přímo v ráně (pokud se jedná o končetinu a je-li to možné, snažíme se ji dostat do polohy nad srdce), poté aplikujeme tlakový obvaz (škrtidlo užijeme jen výjimečně, při krvácení podvazování pažní či stehenní tepny), dítě uklidníme a voláme 155.

- 2. Žilní krvácení (krev vytéká z rány a má tmavě červenou barvu) – vyžaduje odborné ošetření dítěte**

**První pomoc:** přiložíme tlakový obvaz, nemáme-li, stlačíme ránu pevně rukou a dopravíme dítě k lékaři nebo voláme lékařskou pomoc, dezinfekci použijeme jen v okolí rány – **nikdy ne přímo do rány.**

- 3. Vlásačnicové krvácení (povrchové) většinou časem ustane samo**

**První pomoc:** postižené místo ošetříme dezinfekcí a ochráníme obvazem.

---

## Šok

---

Šok může doprovázet větší úrazy, ale také infekce, bolesti či alergie. Jedná se o selhání krevního oběhu a porušení prokrvování všech tkání a následně porušení funkcí všech životně důležitých orgánů. Šok se projevuje nápadnou bledostí, studenou, zpocenou pokožkou, rychlým, ale slabým pulzem, našedlým odstínem kůže kolem rtů nebo pod nehty, žízní, nevolností i ztrátou vědomí. Šok může ohrozit život dítěte a bez pomoci může dítě umřít.

**První pomoc:** nejprve odstraníme příčinu a pak postupujeme podle **Pravidla 5T**:

- 1. Teplo** – přikrytím zabráníme podchlazení
- 2. Ticho** – zajistíme klid kolem dítěte a v tichosti jej utěšujeme
- 3. Tekutiny** – nepodáváme!  
pouze vlhčíme rty
- 4. Tišení bolesti** – ošetříme zranění, ale léky na tlumení bolesti nepodáváme!
- 5. Transport** – co nejrychleji přivoláme lékařskou pomoc **155**, jen v krajní nouzi dítě převážíme sami

---

## Otrava

---

Rozpoznání otravy může mít život zachraňující význam, stejně tak důležité je zjistit požitou látku a její množství. Je důležité mít na paměti,

že každý nejasný chorobný obraz a zvláště každá porucha vědomí (ospalost až bezvědomí) může být prvním příznakem otravy.

## Příznaky otrav

### 1. poruchy:

- **činnosti centrálního nervového systému** – poruchy vědomí od ospalosti až do bezvědomí, nebo křeče
- **psychiky** – nevysvětlitelná změna nálady, agresivita, zuřivost, delirium, nadměrná euforie, zmatenost
- **dechu a oběhu** – zpomalení dechu nebo povrchní zrychlený dech, pokles krevního tlaku
- **zažívání** – nevolnost, zvracení, průjem

### 2. změny:

- **na kůži** – zarudnutí, tvorba puchýřů až tvorba kožních defektů
- **změny reakce nebo šíře zornic**

## První kroky pomoci

- přemístíme dítě do bezpečného prostředí
- zjistíme stav základních životních funkcí
- voláme **155** (případně toxikologickou linku)
- pokusíme se zjistit požitou látku a její množství
- uchováme vzorek stolice či zvratků pro vyšetření

## Základní možnosti zdroje otrav:

### A Rostliny a houby

- vyndáme zbytky z úst

- zkusíme vyvolat zvracení
- konzultujeme na toxikologii, při požití hub podáme živočišné uhlí, jinak dle rady lékaře

## **B** Kyselina či louh

- nevyvoláváme zvracení
- dáme napít čisté vody, mléka či čaje
- poleptanou kůži oplachujeme vlažnou pitnou vodou
- dítě transportujeme k lékaři, případně voláme **155**

## **C** Mycí prostředek, prášek na praní nebo do myčky

- nevyvoláváme zvracení
- jen po malých doušcích dáme napít čisté vody, mléka či čaje
- poleptanou kůži oplachujeme vlažnou pitnou vodou
- konzultujeme na toxikologii

## **D** Léky

- zjistěte chybějící množství a kontaktujte neprodleně toxikologii nebo dětského lékaře
- pokuste se v předklonu vyvolat zvracení (nedostanete-li jinou radu) – pozor, děti mladší 6 měsíců nemají vyvinutý zvracivý reflex, u nich zvracení nevyvolávejte
- zvracení nevyvolávejte ani u dětí, na které už lék působí
- spolupracujícímu dítěti podejte aktivní uhlí (3–10 tablet rozpuštěných ve vodě).
- Dítě k lékaři dopravujte v doprovodu další osoby – pro případy zvracení

---

# DOPORUČENÁ LITERATURA

---

---

## Literatura

---

### Bezpečný domov

Brožura vydaná v rámci projektu „Pro děčka ze Švédska“ pod odbornou garancí Odborné společnosti praktických dětských lékařů České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně, 2009.

### Srnský, P., První pomoc u dětí

Grada, 2006

### Zpráva o plnění Národního akčního plánu prevence úrazů na období 2007–2017.

(MPS MZ)

Janoušek, S., Sedlák, P., Zvadová, Z., Faierajzlová, V., Vignerová, J., Roth Z.: Epidemiologie nefatálních úrazů a vývoj dětské úrazovosti v posledním desetiletí v ČR. Změna v dosavadním trendu?

Čes.-slov. Pediatr, 2010, roč. 65, č. 4, s. 167–178

Janoušek, S., Kukla, L., Sedlák, P., Roth, Z., Zvadová, Z., Vignerová, J., Faierajzlová, V.: Dětská úrazovost v České republice v období let 2009 a 2010.

Čes.-slov. Pediat. 2011, roč. 66, č. 3, s. 157–168

---

## Odkazy

---

### Propracovaný a srozumitelný návod:

- [www.mamaaja.cz/ActiveWeb/Article/2061/prvni\\_pomoc](http://www.mamaaja.cz/ActiveWeb/Article/2061/prvni_pomoc)
- [www.medicover.com/czcz/FileOpenCache/5294-Brozura-BEZPECNY-DOMOV.pdf](http://www.medicover.com/czcz/FileOpenCache/5294-Brozura-BEZPECNY-DOMOV.pdf)
- <http://vfn.lf1.cuni.cz/tis/pomoc.html>
- [www.urazneninahoda.cz](http://www.urazneninahoda.cz)
- [www.cck-cr.cz/docs/Standardy\\_prvni\\_pomoci.pdf](http://www.cck-cr.cz/docs/Standardy_prvni_pomoci.pdf)

# ORGANIZACE SOUVISEJÍCÍ S PÉČÍ O DĚTI

## Mateřská centra (MC)

MC jsou založena na principu rodinné svépomoci – svépomocných skupin: vzájemné naslouchání, výměna zkušeností a laické poradenství. MC poskytují společenství, solidaritu a otevřenost všem generacím. Nabízejí služby rodinám. MC zřizují zpravidla matky na mateřské dovolené, které se zároveň podílejí na jejich samosprávě a zajišťují programy, umožňují matkám s malými dětmi vyjít z izolace, kam se celodenní péčí o dítě dostávají.

Za dvacet let své existence v České republice přerostla MC v komunitní centra pro všechny generace.

- [www.materska-centra.cz](http://www.materska-centra.cz)

## Volnočasové aktivity pro děti a rodiny

### **Domy dětí a mládeže (DDM)**

DDM jsou středisky volného času. Poskytují služby v oblasti zájmového vzdělávání – programy pro aktivní využití volného času dětí, mládeže i dospělých. Nabízejí kurzy a zájmové kroužky, akce, otevřené dílny, tábory, prázdninové akce a další aktivity.

- [www.firmy.cz](http://www.firmy.cz) → *Instituce a úřady* → *Vzdělávací instituce* → *Domy dětí a mládeže*

## Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež

Nízkoprahové kluby poskytují zázemí, podporu a odbornou pomoc dětem a dospívajícím v obtížných životních situacích. Posláním těchto zařízení je motivovat a podporovat děti a mládež k aktivnímu přístupu při řešení osobních situací, poskytovat sociální služby a dostupnou nabídku volnočasových aktivit.

- [www.ohrozenedite.cz](http://www.ohrozenedite.cz) →  
[nízkoprahová zařízení pro děti a mládež](#)

---

## Poradenská a další školní zařízení

---

### Pedagogicko-psychologické poradny (PPP)

PPP zajišťují psychologickou a speciálně pedagogickou pomoc dětem a mládeži od 3 do 19 let na všech stupních a typech škol v kraji, jejich rodičům a učitelům.

PPP se mimo jiné podílí rovněž na primární prevenci sociálně patologických jevů (do jejichž kategorie spadá zejména právě problematika drog, šikany, zneužívání apod). K zajištění těchto služeb realizuje činnosti diagnostické, intervenční, konzultační a informační

- [www.ippp.cz](http://www.ippp.cz)

### Speciálně-pedagogická centra (SPC)

SPC jsou školská poradenská zařízení poskytující služby dětem s různým typem zdravotního postižení a znevýhodnění a jejich rodičům (mentální postižení, tělesné postižení, kombinované vady, poruchy autistického spektra, vývojové poruchy, poruchy pozornosti a aktivity).

SPC nabízejí speciálně pedagogické poradenství, psychologické vyšetření a poradenství, sociálně právní služby pro rodinu, pomoc při vyhledávání vhodné školy nebo jiného zařízení pro dítě, komplexní podporu a poradenství v průběhu vzdělávání dítěte, poradenství v oblasti výchovy dítěte, zprostředkování kontaktů a návazných služeb.

- [www.apspc.cz](http://www.apspc.cz)

### Střediska výchovné péče (SVP)

SVP poskytují všestrannou preventivně výchovnou péči dětem a mládeži s negativními jevy chování, pokud nejsou důvody pro výkon ústavní nebo ochranné výchovy ve speciálních výchovných zařízeních.

Tato pracoviště poskytují ambulantní a poradenské služby pro děti a mládež ocitající se v obtížných životních situacích, které je ohrožují a poškozují a které za daných okolností nejsou schopni sami řešit. Cílem činnosti SVP je zachytit první signály problémů či potíží v procesu psychického vývoje jedince, poskytnout mu radu nebo systematickou péči a tím předejít vážným problémům, jakými jsou kriminalita, toxikomanie, psychické poruchy aj.

- [www.ippp.cz](http://www.ippp.cz)

---

## Další psychologické poradenství

### Manželské a rodinné poradny

Nabízejí tyto služby:

- poradenská a psychoterapeutická pomoc jednotlivcům, párům, manželům a rodinám



- rozvodové poradenství a porozvodové vedení (především v zájmu nezletilých dětí)
- psychologická pomoc osobám osamělým
- předmanželské poradenství
- psychologická pomoc občanům v životních krizích
- osvětová, výchovná, vzdělávací a publikační činnost
- psychologická pomoc rodinám i jednotlivcům zasaženým nezaměstnaností
- psychologická pomoc rodinám s fyzicky, sociálně či jinak handicapovaným člověkem
- [www.amrp.cz](http://www.amrp.cz)

## Sociální poradenství

### Orgány sociálně-právní ochrany dětí (OSPOD)

Sociálně-právní ochrana dítěte představuje zajištění práva dítěte na život, jeho příznivý vývoj, na rodičovskou péči a život v rodině, na identitu dítěte, svobodu myšlení, svědomí a náboženství, na vzdělání, zaměstnání, zahrnuje také ochranu dítěte před jakýmkoliv tělesným či duševním násilím, zanedbáváním, zneužíváním nebo vykořisťováním.

Dle zákona č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů, zajišťují sociálně-právní ochranu dětí obecní úřady obcí s rozšířenou působností, krajské úřady, Ministerstvo práce a sociálních věcí, Úřad pro mezinárodněprávní ochranu a také další právnické a fyzické osoby, které jsou výkonem sociálně-právní ochrany dětí pověřeny.

- [www.ospod.cz](http://www.ospod.cz) → [jednotlivé úřady dle místa trvalého bydliště](#)

## Občanské poradny

Občanské poradny poskytují nezávislé, odborné, nestranné a bezplatné sociálně odborné poradenství v 18 právních oblastech a upozorňují příslušné státní a místní orgány na nedostatky legislativy a na neřešené problémy občanů.

- [www.obcanskeporadny.cz](http://www.obcanskeporadny.cz)

## Dětské krizové centrum (DKC)

Hlavním zaměřením Dětského krizového centra je problematika syndromu CAN (Child Abuse and Neglect – syndrom týraného, zneužívaného a zanedbaného dítěte) a to jak v oblasti prevence a diagnostiky, tak v oblasti terapie. Pracovní tým DKC tvoří psychologové, sociální pracovníci a psychoterapeuti.

- [www.dkc.cz](http://www.dkc.cz)

## Telefonická krizová intervence

Organizace provozující linky důvěry a linky pomoci pro osoby v obtížné životní situaci.

- [www.ohrozenedite.cz](http://www.ohrozenedite.cz)

## Azylové domy

Zařízení poskytující krátkodobé nebo dlouhodobé útočiště osobám či rodinám v nepříznivé situaci.

- [www.ohrozenedite.cz](http://www.ohrozenedite.cz)

---

## **Průvodce pečujících osob a rodičů**

---

Vydala: Síť mateřských center o. s. 2012

Texty: Rut Kolínská

Odborná konzultace: PhDr. Lucie Plešková,  
Mgr. Klára Vlková, Bohuslava Nejedlá

Grafická úprava: Pavel Kodeda

Ilustrace: Petr Kolínský

Tisk: Tiskárna Brouček

Náklad: 1663 ks

---

### **Identifikační data**

---

**Síť mateřských center o. s.**

Sídlo: Široká 15, 110 00 Praha

Sídlo kanceláře a poštovní adresa:

Klimentská 34, 110 00 Praha 1

Telefon: 224 826 585

E-mail: [info@materska-centra.cz](mailto:info@materska-centra.cz)

Webové stránky: [www.materska-centra.cz](http://www.materska-centra.cz)

IČ: 265 45136

Číslo a datum registrace: 22. 10. 2001, VS/1-1/48336/01-R

Číslo účtu: 51-0888700287/0100



Hlavním cílem projektu je **zvýšení zaměstnatelnosti rodičů** (zejména matek pečujících o děti do 15 let věku), tedy osob patřících v současné době **k nejvíce ohroženým na trhu práce.**

**Projekt:**

- reaguje na aktuální finanční krizi spojenou s **růstem nezaměstnanosti**
- podporuje **alternativní formy práce** (například: částečné úvazky, sdílené úvazky, flexibilní pracovní doba, práce z domova) a **motivuje rodiče** pečující o děti **k aktivnímu hledání a získání vhodného zaměstnání.**
- je realizován v **7 krajích České republiky** (Moravskoslezský, Středočeský, Zlínský, Královéhradecký, Ústecký, Olomoucký a Vysočina).



## **SÍŤ MATEŘSKÝCH CENTER®**

Občanské sdružení Sít' MC vzniklo v roce 2001. Posiluje občanský život komunity, hodnoty rodiny a mezigeneračních vztahů, úlohu rodičů, mateřskou a otcovskou roli ve společnosti, podporuje právní ochranu rodiny, mateřství a rovných příležitostí pro všechny, usiluje o zdravý život ve zdravém prostředí. Sít' MC poskytuje svým členům podporu a metodické vedení, pomáhá vzniku nových MC, pořádá semináře a konference, spolupracuje se státními i nestátními organizacemi i se zahraničními subjekty podobného zaměření. V současné době sdružuje Sít' MC více než 320 členských MC.

Více: [www.materska-centra.cz](http://www.materska-centra.cz)



OPERAČNÍ PROGRAM  
LIDSKÉ ZDROJE  
A ZAMĚSTNANOST

PODPORUJEME  
VAŠI BUDOUCNOST

[www.esfcr.cz](http://www.esfcr.cz)

Projekt **Krok k zaměstnání** je financován z prostředků ESF prostřednictvím Operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost a státního rozpočtu ČR.

[www.materska-centra.cz](http://www.materska-centra.cz)

