



Průvodce pečujících osob a rodičů

© Sít' mateřských center o.s. 2011



OPERAČNÍ PROGRAM
LIDSKÉ ZDROJE
A ZAMĚSTNANOST

PODPORUJEME
VAŠI BUDOUCNOST
www.esfcr.cz

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

S.O.S. kontakty

Tísňová volání

155 – Záchranná služba

112 – Centrální tísňové volání

150 – Hasiči

158 – Policie

156 – Městská policie

Důležitá telefonní čísla

Toxikologické linky (nonstop): 224 915 402, 224 919 293

Linka bezpečí: 800 155 555

Linka pomoci obětem domácího násilí: 251 511 313

Nejbližší nemocnice (adresa)

Telefon úrazové ambulance:

Telefon dětského oddělení:

Praktický dětský lékař (adresa):

Telefonní číslo:

Jméno:

Pohotovost (adresa)

Telefonní číslo:

Matka dítěte:

Otec dítěte:

Další kontaktní osoba:

V případě úrazu a náhlé nevolnosti, když se jedná o ohrožení života, nejprve volat první pomoc, pak rodiče. Když není ohrožen život, volat nejdříve rodiče a konzultovat lékařské ošetření.

Obsah

Slovo úvodem

I. Rozhodování a příprava

Pečující osoba

Rodiče

Dítě

Prostor

Způsob péče

Komunikace

Doporučená literatura a odkazy

II. Legislativní rámec

Stávající zákony a předpisy

Pojištění

Smlouva s rodiči

Připravované změny

Doporučená literatura a odkazy

III. Bezpečné prostředí a pohyb

Prostředí

Úrazy

Prevence

Doporučená literatura a odkazy

IV. První pomoc

Nejčastější úrazy

Lékárnička

Základy první pomoci

Doporučená literatura a odkazy

V. Kontakty na další organizace související s péčí o děti

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 přesto přihodí. Není 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

I. ROZHODOVÁNÍ A PŘÍPRAVA

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 měli o sobě rodiče pečující osobě sdělit:

- kontakt na sebe, případně jinou osobu, která může dítě v případě potřeby převzít
- výchovné důrazy, rodinné rituály a světonázor, ve kterém dítě vychovávají
- požadavky na způsob dodržování hygieny
- o čem nechtějí, aby pečující osoba s dítětem hovořila
- zkušenosti z předchozí péče pečující osobou nebo příbuznými

Dítě/děti

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

Jméno a oslovení, na které je dítě zvyklé a které má rádo
Věk

Zdravotní stav:

Alergie, léky (jaké a kdy podávat)

Zdravotní omezení

Pojišťovna

Dosavadní denní rozvrh a zvyklosti:

Vstávání

Odpočinek přes den

Oblíbená zábava

Oblíbené hračky

Osobní rituály dítěte

Krizové chvíle, zlovyky a konflikty (dobré zkušenosti jejich řešení)

Schopnost sebeobsluhy (co dítě zvládá bezpečně, co se aktuálně učí, v čem potřebuje dohled či dopomoc):

Stravování (zda jí samo a čím, zda pije z hrnku nebo z lahve...)

Oblékání (zda se obléká, svléká a obouvá samo či za pomoci nebo vůbec...)

Udržování osobní hygieny (pleny, nočník, záchod – samo či za pomoci...)

Stravování:

Dieta (co smí, nesmí, případně na co je alergické)

Stravovací návyky (kdy, jak a kolik jídla...)

Stravovací zlovyky a konflikty při stravování (dobré zkušenosti jejich řešení)

Předávání dítěte:

Kdy, kde, jak a komu

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 vymezit 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 (harmonogram programu a plánované činnosti, ...)
- jaké dovednosti dítěte dokáže rozvíjet (zpěv, pohyb, výtvarné činnosti apod.)
- kde čerpá inspiraci a jak 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

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.

Komunikační desatero aneb deset zásad efektivní komunikace

I. 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.

II. 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.

III. 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.

IV. 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.

V. 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.

VI. 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.

VII. 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.

VIII. 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.

IX. 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.

X. 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

Na přání vzešlé z rekvalifikačních kurzů přidáváme základy asertivity jako jednoho z účinných nástrojů dobré komunikace. Asertivní chování nám pomáhá při sebeobraně proti manipulaci, při neoprávněné kritice i afektovaných a agresivních výpadech druhých vůči nám a zároveň nám pomáhá nemanipulovat 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 odpovědní 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 odpovědní (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 nebyť perfektní podle definic někoho jiného)

Vedle uplatňování asertivních práv je pak 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 i stanovisko druhého
- Važme si názorů druhých
- Nemějme navrch za každou cenu
- Přiznejme omyl a napravme ho
- Nacházejme kompromisy

Doporučená literatura a odkazy

- Bom, P., Huber, M. Průvodce péčí o děti. Hranice: Fabula, 2005.
- Bukovská, L. Asertivní komunikace. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006.
- Carlgrén, F. Výchova ke svobodě. Praha: Baltazar, 1991.
- Dittrichová, J. et al. Chování dítěte raného věku a rodičovská péče. Praha: Grada, 2004.
- Horňáková, K., Kapalková, S., Mikulajová, M. Jak mluvit s dětmi od narození do tří let. Praha: Portál, 2009.
- Frühauf, P. Výživa kojence. Olomouc, Pediatrie 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.

II. 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

Provision – zaopatření – zajištění přežití a rozvoje dětí

Protection – ochrana dětí

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.

Stěžejní normy pro pečující osobu

Péče o děti na základě zákona č. 455/1991 Sb., o živnostenském podnikání

Zákon 455/1991 Sb., o živnostenském podnikání

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

1. Vázaná živnost

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

2. Volná živnost

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.

Obsahem živnosti není péče o děti do tří let věku v denním režimu. Poplatek za službu je stanoven na komerční bázi jejím poskytovatelem.

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 zachovala na hranici či mimo normu. Zároveň by obě strany měly znát své povinnosti a 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.

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 16. 8. 2011 najdete na adrese:

<http://www.justice.cz/cgi-bin/sqw1250.cgi/zresortu/zastupci.html>

Pojištění

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.

Smlouva s rodiči

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

Vzor smlouvy mezi rodiči a pečující osobou

Jméno a příjmení rodiče/rodičů dítěte

Adresa

(dále jen „rodiče“)

a

Pečující osoba jméno a příjmení

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 a na odpovědnost za škodu vzniklou na věci

IV. Výše a forma vyplácení odměny

- výše dohodnuté hodinové/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

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 obsahoval původně širší možnosti, ale v průběhu příprav do paragrafového znění doznal další změny. Proces ke konci listopadu 2011 zatím není ukončen, a tak není zcela jasné, co všechno z následujících opatření nakonec v novém zákoně zůstane:

1. Poskytovatel vzájemné rodičovské výpomoci – vytvoření nového typu služby péče o děti poskytované rodičem, který zároveň osobně, celodenně a řádně pečuje o vlastní dítě do 7 let věku.

Účelem opatření je právně upravit poskytování péče rodičem, který ve vlastní domácnosti, nejčastěji v průběhu rodičovské dovolené, pečuje osobně, celodenně a řádně o vlastní dítě do 7 let věku a zároveň pečuje za úplatu o maximálně 3 děti do 7 let věku jiných rodičů. Takovýto rodič nebude k této činnosti potřebovat živnostenské oprávnění.

2. 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. Vymezují 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. Dále se vymezuje odborná způsobilost pro osoby pečující o děti do 7 let věku.

3. Úprava odborné způsobilosti osob pečujících nepřiležitostně a nekrátkodobě o děti v domácnosti dítěte.

U nepřiležitostné a nekrátkodobé péče o dítě v domácnosti dítěte v rámci živností péče o děti se nově vymezuje odborná způsobilost pečujících osob tak, aby byla stanovena shodně s odbornou způsobilostí osob pečujících o děti do 7 let věku v zařízení péče o děti v rámci dětské skupiny, jelikož se jedná o stejný okruh dětí.

4. Podpora služeb v rámci vázané živnosti „Péče o dítě do tří let věku v denním režimu“.

U živnosti vázané „Péče o dítě do tří let věku v denním režimu“ se sníží věková hranice na dva roky věku dítěte. Zároveň se rozšíří odborná způsobilost podnikatele, resp. odpovědného zástupce, provozujícího citovanou vázanou živnost tak, aby byla stanovena shodně s odbornou způsobilostí osob pečujících o děti do 7 let věku v zařízení péče o děti v rámci dětské skupiny nebo v domácnosti dítěte.

5. 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.

6. Zrušení bezplatnosti posledního roku mateřské školy.

Účelem opatření je posílit finanční zdroje zřizovatelů na rozšíření kapacit MŠ a reagovat tak na demografickou situaci. Osvobození od úplaty bude přiznáno zákonnému zástupci dítěte na základě předložení potvrzení, že daná osoba je příjemcem dávky pomoci v hmotné nouzi.

7. Navýšení procenta maximální možné finanční spoluúčasti zákonných zástupců dítěte na úhradě neinvestičních nákladů na předškolní vzdělávání.

Účelem opatření je posílit finanční zdroje zřizovatelů na rozšíření kapacit MŠ a reagovat tak na demografickou situaci.

Doporučená literatura a odkazy

Zákon 94/1963, zákon o rodině (poslední změny k 1.9.2008)

Ústavní zákon č. 1/1993 Sb. ústava České republiky

Ústavní zákon č. 2/1993 Sb., Listina základních práv a svobod

Zákon č. 40/1964 Sb., občanský zákoník

Zákon č. 513/1991 Sb., obchodní zákoník

Šamanová, Tereza: Legislativa upravující péči o děti ve věku do tří let: historie, aktuality a perspektivy, 2007.

<http://www.justice.cz/cgi-bin/sqw1250.cgi/zresortu/zastupci.html>

<http://www.detskaprava.cz/>

http://cs.wikipedia.org/wiki/%C3%9Amluva_o_pr%C3%A1vech_d%C3%ADt%C4%9Bte

<http://www.pravnik.cz/uplna-zneni/uz-38.html>

III. BEZPEČNÉ PROSTŘEDÍ A POHYB

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, poučení a odhad, navíc mu chybí dospělé rozměry, kterým bývá okolní svět přizpůsoben. Nástrojem zkoumání bývají ruce a ústa, v očích dítěte není nic nemožné, 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 předvídatost dospělého, ten by měl být vždy situačně alespoň o krok napřed. Nejde o to zamezit dětem v 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, balkony 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 přístroje 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 jídlo
- 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 umísťujeme 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
- Uchovááme zahradní nářadí, sekačku na trávu, 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 neodstraníte, 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.

Dopravní úrazy

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, ani v doprovodu staršího dítěte

Doporučená literatura a odkazy

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, ke stažení na adrese:

<http://www.medicover.com/czcz/FileOpenCache/5294-Brozura-BEZPECNY-DOMOV.pdf>

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. Pediat., 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.

IV. PRVNÍ POMOC

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, 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.

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 zámekem). Léky skladujeme vždy v původních obalech kvůli datu výroby a doby použitelnosti (expiraci) a s příbalovými letáky. Pravidelně (alespoň jednou za půl roku) kontrolujeme použitelnost léků. Prošlé odevzdáváme v lékárně.

Kromě lékárničky se nám může stát dobrým pomocníkem i publikace první nemoci 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 kotouč náplasti (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 škrtidlo
- trojcípý šátek
- spínací špendlíky
- pinzeta
- nůžky

Základ první pomoci

Obecné zásady

V situaci, kdy dojde k úrazu dítěte, se základním úkolem dospělého stává 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.

Zásady volání rychlé záchranné pomoci

1. Vytočíme číslo 155 (popřípadě 112)
2. Zřetelně a jasně 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 záchranné služby a reagujeme na ně. Školený personál u telefonní linky záchranné služby dokáže přispět cílenou radou k poskytnutí první pomoci po telefonu, než se dostaví záchranáři.

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, přiškvary 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 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 obzvlášť rychlé jednání:

- Bezpečně vytáhneme dítě z vody (nezapomeňme na vlastní bezpečnost)
- Zkontrolujeme životní funkce, vyčistíme dutinu ústní
- Pokud dítě 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 zatřeseeme 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 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“:

A airway (dýchací cesty) – obnovení průchodnosti dýchacích cest

B breathing (dýchání) – umělé dýchání

C 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 krát

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 tepnu)
- u dítěte do jednoho roku stiskneme prsty hrudní kost směrem k podložce do hloubky asi 1,5 cm a poté tlak uvolníme (stlačujeme asi 2krát za vteřinu)
- u starších dětí stlačujeme dlaní (cca 100krát za minutu)
- po 3 stlačeních vždy provedeme umělý vdech
- dobré je pracovat ve dvou, pak jeden masíruje, druhý vdechuje

Ožívování nepřerušujeme a pokračujeme v masáži a dýchání až do příjezdu týmu záchranné služby. Přestaneme, pouze začne-li dítě samo dýchat, pak jej uložíme do tzv. stabilizované polohy na boku a kontrolujeme jeho životní funkce.

Doporučujeme vyhledat možnost praktického zaškolení.

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, 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 tekutiny!** – 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

Na otravu upozorňují:

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
- pokusíme se zjistit požitou látku a její množství
- uchováme vzorek stolice či zvratků pro vyšetření
- voláme 155 (případně toxikologickou linku)

Základní možnosti zdroje otrav:

Rostliny a houby

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

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

Mycí prostředek, prášek na praní nebo do myčky

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

Léky

- zjistíme chybějící množství a kontaktujte neprodleně na toxikologii nebo u dětského lékaře
- pokuste se v předklonu vyvolat zvracení (jestliže nedostanete jinou radu) - pozor, děti mladší 6 měsíců nemají vyvinutý zvrací 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 a odkazy

Srnský, P. První pomoc u dětí. Praha: Grada, 2006.

Franěk, O. Minipříručka první pomoci. V elektronické podobě na www.resuscitace.cz

Gregora, M. První pomoc u dětí. Praha: Mladá Fronta, 2004.

Kolektiv autorů. První pomoc zážitkem. Brno: Computer Press, 2009.

Petržela, M. První pomoc pro každého. Praha: Grada, 2007.

Propracovaný a srozumitelný návod: http://www.mamaaja.cz/ActiveWeb/Article/2061/prvni_pomoc

Standardy první pomoci: <http://www.urazneninahoda.cz/> – kolektiv autorů: http://www.cck-cr.cz/docs/Standardy_prvni_pomoci.pdf

V. KONTAKTY NA DALŠÍ ORGANIZACE SOUVISEJÍCÍ S PÉČÍ O DĚTI

Mateřská centra (MC)

MC jsou založena na principu rodinné svépomoci - vzájemném naslouchání, výměně zkušeností a laickém 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 péči o dítě dostávají.

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

Přehled a kontakty: 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.

Přehled a kontakty: 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.

Přehled a kontakty: 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

Přehled a kontakty: <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.

Přehled a kontakty: <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.

Přehled a kontakty: <http://www.ippp.cz/>

Další psychologické poradenství

Manželské a rodinné poradny

Nabízejí tyto služby:

- poradenská a psychotherapeutická 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

Přehled a kontakty: <http://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.

Více informací a kontakty: 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.

Přehled a kontakty: www.obcanskeporadny.cz

Krizová intervence / krizová centra

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.

Více informací a kontakty: www.dkc.cz

Telefonická krizová intervence

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

Přehled a kontakty: www.ohrozenedite.cz (telefonická krizová intervence)

Azylové domy

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

Přehled a kontakty: www.ohrozenedite.cz

Síť mateřských center o.s.

Občanské sdružení Síť 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. Síť 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 Síť MC téměř 330 členských MC. Více: www.materska-centra.cz.



PROJEKT KROK K ZAMĚSTNÁNÍ

Hlavním cílem projektu je **zvýšení zaměstnatelnosti rodičů** (zejména matek pečujících o děti do patnácti 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).



**PODPORUJEME
VAŠI BUDOUCNOST**
www.esfcr.cz

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

Tiráž

Průvodce pečujícími osobami a rodiči

Text: Rut Kolínská

Kontakty na další organizace související s péčí o děti: Lucie Plešková

Konzultace: Lucie Plešková, Klára Vlková, Bohuslava Nejedlá

Vydala: Síť mateřských center o.s. 2011

Ilustrace:

Fotografie:

Korektury: Jiřina Chlebovská

Grafická úprava:

Sazba:

Tisk: Tiskárna Brouček – www.tiskarna-broucek.cz

Náklad: