

## Popis jednotlivých témat a aktivit, která jsou obsahem zážitkových seminářů:

### **FILOZOFIE PŘÍSTUPU K OSOBÁM S HENDIKEPEM**

V rámci prezentace o filozofii přístupu k osobám s hendikepem posluchačům sdělujeme pouze ty informace, které jsou pro jejich věk relevantní. Budeme si povídat o tom, jak bychom se měli chovat k osobám se zrakovým, sluchovým či jiným tělesným postižením a rovněž si vysvětlíme základní principy přístupu k osobám s psychickým a duševním onemocněním. Mimo jiné si představíme některé chybné koncepce a omyly, se kterými si hendikepované skupiny osob často setkávají. Téma je velmi zajímavé pro všechny věkové kategorie – lidé, kteří nepracují v sociální sféře a ti, kdo se nesetkávají s hendikepovanými denně, budou možná překvapeni tím, že některé zažité „pravdy“, které máme s osobami s postižením spojené, vůbec pravdami nemusí být.

Modul je vhodný pro: *mateřské školy, základní, střední a vysoké školy, firmy, páry a jednotlivce*

### **CANISTERAPIE**

Představíme si metodu canisterapie – pomocné psychoterapeutické a rehabilitační metody využívající speciálně vedeného psa. V rámci modulu nás navštíví zástupkyně psí školy Ballgine s cvičeným psem a představí vám, jak canisterapie může hendikepovaným osobám pomáhat. Cvičitelka vám se psem ukáže triky a praktické ukázky, které se v rámci canisterapie využívají. Účastníci lekce přijdou do přímého kontaktu se psem.

Modul je vhodný pro: *mateřské školy, základní, střední a vysoké školy, páry a jednotlivce i firmy*

### **SKUPINOVÉ HRY NA POSÍLENÍ EMPATIE A PROCVIČENÍ SMYSLŮ**

Skupinové varianty her, které jsou zaměřeny na procvičení našich smyslů, jsou vhodné pro kolektivy, které se navzájem alespoň trochu znají. Obsah lekce a aktivit je přizpůsobený aktuálnímu složení skupiny i jejich věku. Hry jsou zvolené tak, aby v dětech (a dospělých) posilovaly rozvoj empatie. Pro skupiny starších dětí a dospělých jsou připravené hry „na zamyšlení“, které nám pomohou odhalit nevědomé a mnohdy mylné předsudky, které máme vůči tělesně či zrakově postiženým zažitě. Skupinové hry rovněž posilují komunikaci a týmovou spolupráci.

Modul je vhodný pro: *mateřské školy, základní, střední a vysoké školy, firmy*

## **ROZHOVOR S HENDIKEPOVANOU OSOBOU**

Pravděpodobně nejvíce autentickým zážitkem v našem centru je rozhovor s hendikepovanou osobou. Od někoho z našich kolegů se dozvíte, jaké to skutečně je žít s hendikepem. Z vlastní perspektivy vám popíše, s čím se musí v životě potýkat a zda to je těžké. Všichni naši hendikepovaní kolegové vám rovněž poskytnou prostor pro jakékoli otázky. Nebojte se zeptat na to, co vás zajímá.

Modul je vhodný pro: *mateřské školy, základní, střední a vysoké školy, firmy, páry a jednotlivce*

## **SOCIÁLNÍ SLUŽBY**

V rámci lekce si povíme něco o tom, co jsou to sociální služby. Informace se dozvíte od těch nejpovolanějších, tedy od sociálních pracovníků. Pro ucelenou představu o tom, co je náplní sociálních služeb navštívíte také naše integrační dílny (případně také tréninkové byty – pokud budou aktuálně volné).

Modul je vhodný pro: *druhý stupeň základních škol, střední školy, vysoké školy, firmy, páry a jednotlivce*

## **STAŘECKÝ OBLEK**

Na vlastní kůži si vyzkoušíte speciální oblek, který navozuje pocit fyzického stáří. Během chvilky tak zestárnete o několik desítek let a pochopíte tak možná lépe občasnou nevraživost některých starších osob. Stáří s sebou přináší nejen moudrost, ale i mnohé zdravotní problémy a těžkosti a je velmi zajímavé si stařecký oblek vyzkoušet. Po jeho odložení se budete cítit doslova jako znovuzrození.

Modul je vhodný pro: *jednotlivce, páry, malé skupiny (do 6ti osob)*

## **MANIPULACE S INVALIDNÍM VOZÍKEM**

Vyzkoušíte si pohyb na invalidním vozíku a manipulaci s ním. Pro ucelený obrázek o tom, jak může být život na invalidním vozíku obtížný, se za příznivého počasí vydáme i ven.

Modul je vhodný pro: *mateřské školy, základní, střední a vysoké školy, firmy, páry a jednotlivce*

## **SLEPECKÁ TRÁŤ**

Vyzkoušíme si vcítit se do reálného každodenního života nevidomých nebo zrakově postižených osob. Připravena pro Vás bude slepecká trať, na které bude třeba překonat různé překážky.

Modul je vhodný pro: *mateřské školy, základní, střední a vysoké školy, firmy, páry a jednotlivce*

## **BRÝLE SIMULUJÍCÍ OČNÍ VADY**

V rámci lekce si „na vlastní oči“ zažijete 6 typů očních vad. Speciální brýle simulují poruchy ostrosti či oslabení zraku. Lekce by měla přispívat k tomu, abychom si více vážili našich očí a jejich funkčnosti. Dozvíte se také základní zásady toho, jak pečovat o zrak, tak aby vám sloužil co nejdéle.

Modul je vhodný pro: *děti od 4. třídy základní školy, střední a vysoké školy, firmy, páry a jednotlivce*

## **BRAILLOVO PÍSMO**

Většina z nás tuší, co je Braillovo písmo – speciální druh písma pro nevidomé. Zkusili jste si ho ale už někdy? A víte, kdo ho vymyslel? Připravili jsme pro vás hru, kde si sami vyzkoušíte číst a psát tímto písmem.

Modul je vhodný pro: *základní školy (od 3. třídy a výše), střední a vysoké školy, firmy, páry a jednotlivce*

## **ZNAKOVÝ JAZYK**

V rámci tématu si povíme něco o znakovém jazyce, jeho historii a zvyklostech. Naučíme se některá často používaná slova. Na první pohled se zdá, že téma je zajímavé pouze pro děti, nicméně často se nám stává, že právě „dospěláci“ vůbec nechtějí ze semináře odejít a mají zájem se naučit více a více slov. Je zajímavé sledovat lidskou kreativitu a to, jak dokáže slova pojmout pouhou mimikou a pohybem rukou a těla. Téma je moc zábavné pro děti i dospělé a některé z vás může motivovat k budoucímu profesnímu zaměření. 😊

Modul je vhodný pro: *mateřské, základní, střední a vysoké školy, firmy, páry a jednotlivce*

## **SMYSLOVÉ HRY**

Téma smyslové hry doporučujeme pro všechny věkové kategorie. Umožní Vám vcítit se na chvíli zábavnou formou do života nevidomých a neslyšících. Na první pohled jednoduché hry se pro někoho ukážou být jako překvapivě nesnadné

Modul je vhodný pro: *mateřské školy, základní, střední a vysoké školy, firmy, páry a jednotlivce*

## **HANDBIKE**

V rámci sekce si děti vyzkouší jízdu na speciálním kole upraveném na ruční pohon. Název handbike pochází ze dvou anglických slov, hand – ruka a bike – kolo. Kolo umožňuje handicapovaným osobám být fyzicky aktivní.

Modul je vhodný pro: *druhý stupeň základní školy*

## **CHŮZE S FRANCOUZSKOU HOLÍ**

Chůze o berlích je součástí rehabilitace téměř každého pacienta po úrazu či operaci dolní končetiny. V závislosti na věku účastníků si ukážeme bezchybné provedení variant chůze po rovině a schodech. Také se dozvíte nejčastější chyby, kterých se lidé při chůzi o berlích dopouštějí. Špatné používání berlí a holí může bohužel vést až k ochrnutí nervů v podpaží či zápěstí.

Modul je vhodný pro: *základní, střední a vysoké školy, firmy, páry a jednotlivce*

## **JÍZDA NA SCHODIŠŤOVÉ SEDAČCE STANNAH**

Účastníci semináře si u nás mají možnost vyzkoušet jízdu na schodišťové sedačce firmy Stannah.

Modul je vhodný pro: *mateřské školy, základní, střední a vysoké školy, firmy, páry a jednotlivce*

## SEBEOBSLUHA PŘI BĚŽNÝCH DOMÁCÍCH ÚKONECH

Pojďme si vyzkoušet, jaké by to bylo, kdybychom nemohli používat jednu nebo dvě končetiny. Naše semináře jsou zaměřené na posílení empatie a schopností vcítit se „do kůže“ osoby s postižením, a proto si v rámci aktivit v tomto modulu vyzkoušíte běžné domácí úkony se ztíženou mobilitou. Na 20 minut je to pro někoho lehký úkol, ale jaké by to bylo zažívat každý den?

Modul je vhodný pro: *druhý stupeň základní školy, střední a vysoké školy, firmy, páry a jednotlivce*

## PIKTOGRAMY

Piktogramy – všichni je známe a všichni jsme je už někde viděli. Jsou to takové obrázky, které občas venku zahlédneme, a ne vždy se nám s nimi spojí konkrétní a správná asociace. Piktogramy jsou grafické znaky, které znázorňují nějakou informaci, zákaz, nebezpečí – podobně jako dopravní značky. V rámci lekce se naučíte nebo si zopakujete piktogramy, se kterými se můžeme setkat ve vztahu s různými hendikepy.

Modul je vhodný pro: *materšské a základní školy*

**Těšíme se na vaši návštěvu**



**[www.centrumkosatec.cz](http://www.centrumkosatec.cz)**

Centrum Kosatec  
Sladkovského 2824, Pardubice 530 02

**Kontakt:**

**Linda Švihlíková – telefon: 734 642 161, e-mail: [linda.svihlikova@centrumkosatec.cz](mailto:linda.svihlikova@centrumkosatec.cz)**