**Od asistence k samostatnosti**

Připravit si snídani, přejít ulici, zaplatit v obchodě, sejít se s přáteli. Věci, které děláte, aniž nad nimi přemýšlíte. Pro lidi se zdravotním postižením mohou všední situace znamenat závislost na pomoci rodiny, stres nebo dokonce důvod zůstat doma. K tomu, aby mohli vést důstojný a plnohodnotný život, potřebují **správnou míru dostupné podpory**, která jim zajistí větší samostatnost. Individuální asistence lidem se zdravotním postižením na **Kutnohorsku / Kolínsku / Čáslavsku** již řadu let nabízí organizace **Rytmus Střední Čechy**.

„Naše práce je o respektu, který začíná tím, že **podporujeme běžný život** – podle vlastního tempa, představ a s reálnými cíli. Jde o to, co všechno člověk může, pokud k tomu má správné podmínky,“ hodnotí přístup ke klientům vedoucí služeb Marcela Rusková. Někdy stačí pomoct najít správné dveře na úřadě, nasměrovat v labyrintu zdravotnictví, neztratit se mezi paragrafy, frontami a nesrozumitelnými formuláři, zprostředkovat kontakt na odborníky, vysvětlit postup, nebo být oporou v situaci, která by jinak mohla vést k rezignaci. „Pan L. obdržel neúplné informace ohledně příspěvku na mobilitu a byl přesvědčený, že na něj nemá nárok. V rámci spolupráce jsme klienta obeznámili s podmínkami a zároveň mu nabídli podporu při vyplňování žádosti. Nakonec využil také doprovod pracovníka Rytmusu na úřad. Příspěvek mu byl následně přiznán a probíhá pravidelná výplata,“ přibližuje praxi sociální pracovnice Rytmusu. Podstatou je pomáhat tam, kde je to potřeba, a nezasahovat, pokud to člověk umí a zvládne samostatně. Právě díky této rovnováze si lidé se zdravotním postižením dokáží zachovat důstojnost a možnost **rozhodovat o svém životě**. „Zatímco dříve paní H. potřebovala asistence během nákupu až k pokladně, včetně počítání a placení, nyní si přebírá peníze v soukromí a vše si obstará zcela samostatně. Jsme nablízku, ale setkáváme se až před obchodem,“ popisuje nenápadné maličkosti přinášející posun v sebedůvěře sociální pracovnice. Za každým příběhem je kus odvahy zkusit něco nového – vybrat si peníze z bankomatu, nastoupit do autobusu nebo třeba „jen“ složit tričko do skříně. Stěžejní roli pro snižování izolace a zvyšování společenského začlenění lidí se zdravotním postižením hraje **získání a udržení vhodného zaměstnání**. „Studentům se zdravotním postižením pomáháme zprostředkovat pracovní zkušenosti díky praxím s podporou asistenta, což jim usnadňuje přípravu na život po škole a vstup na pracovní trh. Dospělým se zdravotním postižením pomáháme nalézt uplatnění v běžných firmách odpovídající jejich schopnostem a zájmům. Pracovní režim vytváří strukturu dne, podporuje odpovědnost a člověk má větší motivaci ráno vstát a trávit část týdne mimo domov,“ doplňuje Marcela Rusková. Pravidelný příjem znamená příležitost aktivně se podílet na rodinném rozpočtu a představuje obrat v hospodaření k lepšímu. Změna u jednoho člověka pozitivně ovlivňuje fungování celé rodiny. **Pečující získají potřebnou úlevu** a mají šanci se opět vrátit do role partnera, rodiče, zaměstnance, kolegy nebo souseda. Mizí neustálé obavy z budoucnosti a přicházejí konkrétní odpovědi na otázku, co se stane, až pečujícím jednou dojdou síly. To, co asistence přináší, se mění a přizpůsobuje podle aktuální situace klienta – někdy je prioritou návštěva u lékaře, hledání vhodného bydlení, jindy vaření a úklid domácnosti, bezpečné cestování nebo sdílení toho, co člověka těší, trápí a kam by se rád posunul.

Chcete se na nás obrátit a nevíte, kde začít? Ať už nás kontaktujete kvůli sobě, nebo někomu blízkému, prvním krokem je e-mail nebo telefonát. Zbytek už zvládneme společně. Kanceláře najdete v Kolíně a Kutné Hoře, ale dojíždíme i do okolních měst a obcí v okruhu 30 km. Děkujeme klientům a jejich rodinám za důvěru a městům, obcím a partnerům za podporu. Jsme tu pro vás – i díky vám. **Dáváte naší práci smysl**.

Kontakt na vedoucí služeb Podpora samostatného bydlení a Sociální rehabilitace:

**Bc. Marcela Rusková, tel.: 773 391 190, e-mail:** [vedouci.kh@rytmus-sc.cz](mailto:vedouci.kh@rytmus-sc.cz)

Více informací naleznete na:[www.rytmus-sc.cz](http://www.rytmus-sc.cz/)

Jana Krupková

PR asistentka, [krupkova@rytmus-sc.cz](mailto:krupkova@rytmus-sc.cz)

Foto: Karel Štorc