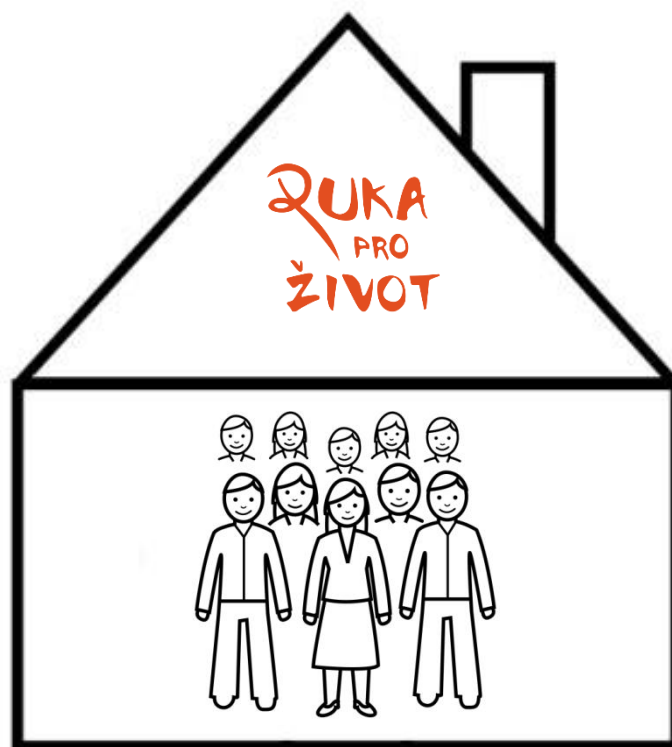


POD JEDNOU STŘECHOU

- Řád programu Domov Ostromečská



Domov Ostromečská

Ruka pro život o.p.s.
Ostromečská 395/5, 130 00 Praha 3 - Žižkov
telefon: 725 990 287, 725 732 294
email: domovostromecska@rukaprozivot.cz

Ruka pro život o.p.s.

sídlo: Rajmonova 1199/4, 182 00 Praha 8 - Kobylisy
ředitelka: Mgr. Lenka Antonie Janišťinová
IČO : 27017699
číslo účtu: 1978381309/0800
telefon: 283 881 666, 733 158 496
email: info@rukaprozivot.cz
www.rukaprozivot.cz

1. O čem bude tato knížka?

Tato knížka je pro lidi,
kteří se stěhují do Domova Ostromečská.
Dále tomu budeme říkat jen **Domov**.

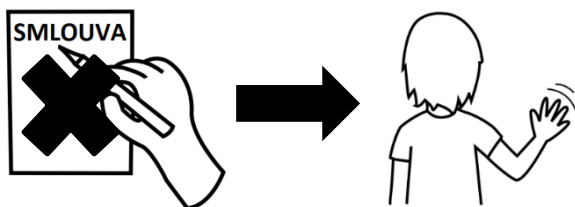


V knížce se dozvíme:

- co je to individuální plánování (na straně 3)
- jaká mám v Domově práva (na straně 4)
- co mám dělat, když se mi v Domově něco nelíbí (na straně 13)
- jaké mám povinnosti (na straně 15)
- jak se mám chovat, abych neublížil sobě ani ostatním (na straně 16)
- jak si můžu objednat nebo odhlásit jídlo (na straně 17)

Knížku si můžu přečíst,
i když už bydlím v Domově dlouho
a chci si něco zopakovat.

Tím co je napsané v Řádu se musím řídit.
Musí se tím řídit i pracovníci Domova.



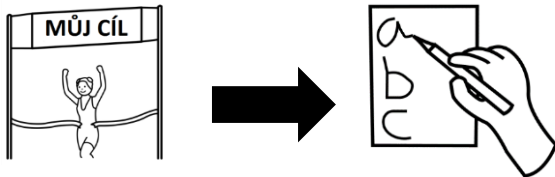
Když nebudu plnit svoje povinnosti
a budu porušovat pravidla napsaná ve smlouvě a v tomto Řádu,
tak se mnou Ruka pro život může ukončit smlouvu.
To znamená, že už nebudu moct v Domově bydlet.

2. Co je to individuální plánování?

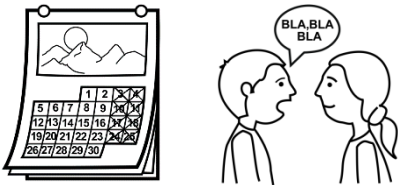


Každý uživatel Domova je jiný.
Některý uživatel potřebuje pomáhat více a některý méně.
Některý uživatel se chce zlepšit ve čtení a jiný zase ve vaření.
Proto pracovníci pomáhají každému uživateli naplánovat průběh služby.

S pracovníky naplánuji, co budu v Domově dělat
a s čím mi budou pracovníci pomáhat.
Naplánujeme to podle toho,
co mám rád, co mě baví, v čem potřebuji pomoci a v čem se chci zlepšit.
Říká se tomu **individuální plánování**.
Slovo individuální se dá přeložit jako „osobní“ nebo „jenom pro mě“.



Na papír napíšeme,
v čem se chci nejvíc zlepšit
nebo co se chci nejvíc naučit.
Vymyslíme postup, jak mého cíle dosáhneme.
Pak se budu snažit svůj cíl splnit.
Pracovníci mi v tom budou pomáhat.



Každý měsíc si se mnou bude klíčový pracovník povídat o tom,
co jsem v Domově dělal
a jak se mi to dařilo a líbilo.

Čím více se do individuálního plánování zapojím,
tím více pro mě bude pobyt v Domově příjemný a přínosný.

3. Jaká mám v Domově práva?

Moje práva znamenají všechno, co můžu dělat a jak se ke mně ostatní mají chovat.

Ostatní uživatelé Domova mají stejná práva jako já.

Pracovníci mají také svá práva.

A všichni ostatní lidé mají také svá práva.

Když budu chtít něco dělat,

tak při tom nikdy nesmím porušovat práva ostatních lidí.

A ostatní lidé nesmí porušovat moje práva.

Pracovníci mi pomáhají, abych mohl svá práva naplnit.

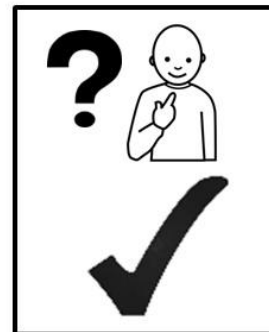
Pracovníci dohlíží na to, aby ostatní uživatelé i pracovníci dodržovali má práva.

Pokud někdo moje práva porušuje, tak mi pracovníci pomůžou se bránit.

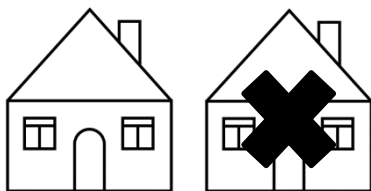
Pracovníci se také budou snažit zařídit, aby se to už neopakovalo.

Pokud někdo moje práva porušuje, můžu na to upozornit i sám.

Jak to udělat se dozvím na straně 12.



Můžu si vybrat, kde budu bydlet a jak budu bydlet.



Můžu si vybrat, jestli budu bydlet v Domově nebo nebudu.

Když už nebudu chtít v Domově bydlet,

tak je potřeba to říct vedoucí.

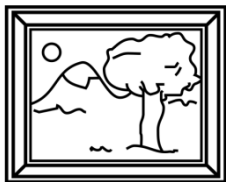
Vedoucí mi pomůže ukončit smlouvu.

Vedoucí mi poradí, co můžu dělat dál, abych se měl co nejlépe.

V Domově můžu mít trvalé bydliště.

To znamená,

že můžu mít adresu Domova napsanou v občanském průkazu.



Z volných pokojů si můžu vybrat ten, který se mi nejvíc líbí.
Do pokoje si můžu přivést svůj nábytek.
Pokoj si můžu vyzdobit tak, jak se mi to líbí.
Na úpravách pokoje se musím domluvit se svým spolubydlícím.
Při úpravách pokoje nesmím poškodit majetek Ruky pro život.
Třeba nesmím pomalovat nábytek, který jsem si sám nepřivezl.
Na velkých úpravách pokoje se musím domluvit i s vedoucí Domova.
Velké úpravy jsou třeba malování pokoje, vrtání do zdi
nebo výměna nábytku.

Můžu si vybrat, kam chci jít, kdy tam chci jít a jak dlouho tam chci být.



V Domově můžu chodit do své ložnice,
do kuchyně a obývacího pokoje, na záchod, do koupelny a po chodbě.
Do pokojů ostatních uživatelů můžu chodit jen, když s tím budou souhlasit.
Do ostatních místností v bytě můžu chodit jen se souhlasem pracovníků.
Třeba do místnosti pro pracovníky můžu chodit jen s jejich souhlasem.

Z Domova můžu kdykoli odejít.
Do Domova se zase můžu kdykoli vrátit.



Nikdo mě nesmí omezovat v pohybu.
Třeba mě zamknout v místnosti.
Nebo mě držet tak, že se nemůžu hýbat.

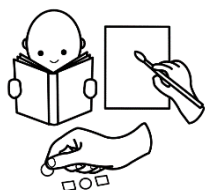
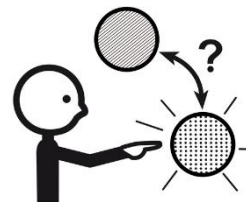


Pracovníci mě můžou omezit v pohybu
jenom když vážně ohrožuji svoje zdraví nebo zdraví někoho jiného.
Třeba když budu někoho bít.
Nebo když budu chtít ublížit sám sobě.
Nebo když budu chtít jít ven sám, ale bude to pro mě hodně nebezpečné.

Pracovníci mi pomůžou, když to budu potřebovat.
Třeba mě chytí za ruku na schodech.
Nebo mi pomůžou najít záchod.



Můžu se sám rozhodnout, co chci a co nechci.

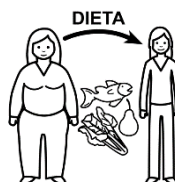


Můžu si vybrat, co budu v Domově dělat a kdy to budu dělat.

Můžu si vybrat, co budu v Domově jíst.

Můžu si vybrat, za co utratím své peníze.

Můžu si vybrat, jaké budu nosit oblečení nebo jaký budu mít účes.



Mám právo rozhodovat o svém zdraví.

Můžu se třeba rozhodnout, jestli budu kouřit, pít alkohol nebo držet dietu.

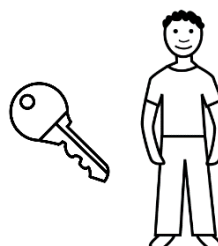


Mám právo požádat o pomoc při rozhodování.

Můžu požádat o pomoc pracovníky, opatrovníka, rodiče nebo kohokoli, komu věřím.

Pokud mám podporovatele v rozhodování, tak mi může pomáhat jen při rozhodování o důležitých věcech. Co je důležitá věc určil soud.

Můžu požádat o změnu klíčového pracovníka.



Mám právo na soukromí.



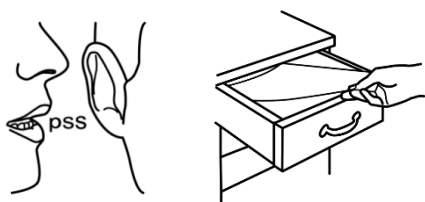
Pracovníci se snaží,
aby do Domova chodilo co nejméně cizích lidí.
Když má do Domova přijít nějaká návštěva,
pracovníci mi to řeknou dopředu.
Můžu se rozhodnout, jestli se chci s návštěvou potkat nebo ne.
Do mého pokoje můžou návštěvy, pracovníci a ostatní uživatelé
chodit jen když s tím budu souhlasit.



Nikdo na mě nesmí sahat, když si to nepřeji.



Nemusím se svlékat před nikým jiným.
To znamená, že třeba v koupelně můžu být sám.
Můžu si vybrat, kdo z pracovníků mi při převlékání a v koupelně pomůže.
Třeba jestli mi pomůže žena nebo muž,
pokud v Domově pracují ženy i muži.
Pracovníci se mě vždy zeptají, jestli můžou do mého pokoje nebo koupelny vejít.
Bez mého souhlasu mohou vejít, jen když si myslí, že mi hrozí nějaké nebezpečí.
Třeba že hoří nebo že jsem zraněný.



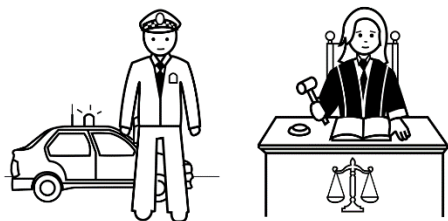
Svoje doklady a důležité papíry můžu mít u sebe v pokoji.
Doklady jsou třeba občanský průkaz nebo kartička pojišťovny.

Nikdo nesmí otevírat a číst moje dopisy, pokud si to nepřeji.

Pracovníci nikomu neříkají mé osobní údaje,
nikomu o mně nevyprávějí a nikomu neukazují moje soukromé papíry,
pokud si to nepřeji.

Můžu se rozhodnout, kolik toho o sobě povím.
Můžu si vybrat, s kým budu mluvit o svých osobních věcech.

Třeba jestli na schůzku o individuálním plánu pozvu svoje rodiče.



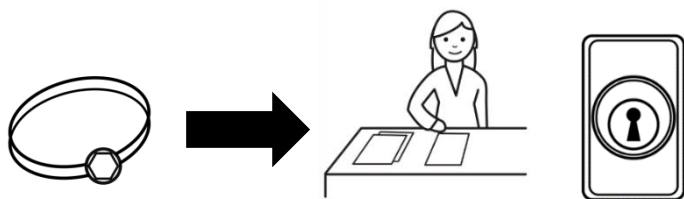
Když se pracovníků na něco zeptá soud nebo policie, tak jim pracovníci musí odpovědět, i když s tím nebudu souhlasit.

Mám právo na ochranu mých věcí.

Nikdo nesmí používat mé věci, když si to nepřejí.
Třeba nesmí používat můj ručník nebo nosit moje pantofle.



V pokoji, v kuchyni a v koupelně mám vyhrazené místo, kam si můžu svoje věci dávat.



Svoje peníze, drahé věci, doklady a důležité papíry si můžu zamknout ve skříni ve svém pokoji, v místnosti pracovníků nebo v kanceláři vedoucí.
Když se nezamčené věci ztratí, tak mi je nikdo nezaplatí, ani mi nekoupí nové.

Mám právo na osobní a rodinný život.

Můžu se vídat se svojí rodinou, kamarády a blízkými.
Můžu je pozvat i na návštěvu do Domova.
Návštěva nesmí vadit ostatním uživatelům.
Můžu si s nimi i psát nebo telefonovat.
Můžu k tomu využívat telefon a počítač pracovníků, pokud nemám svůj.
Telefon a počítač si ale můžu půjčit jen na 20 minut denně.



Můžu si vybrat, s kým se budu kamarádit.

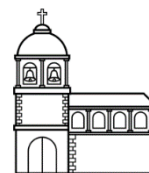
Můžu mít partnerský vztah, pokud to chce i ten druhý.



Nikdo mi nesmí mluvit do osobního života.

Mám právo mít svou víru.

Můžu například věřit v boha nebo chodit do kostela.



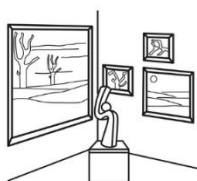
Můžu požádat pracovníky o pomoc nebo o radu.

Třeba když budu chtít napsat dopis kamarádovi.

Nebo když budu chtít bydlet se svým partnerem.



Můžu se zapojit do společenského života.



Můžu chodit ven.

Můžu chodit třeba na koncerty, do kina nebo do různých kroužků.

Můžu využívat služby v okolí Domova.

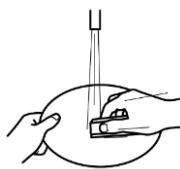
To znamená třeba chodit nakupovat do obchodů nebo do knihovny.

Můžu požádat pracovníky o pomoc nebo radu.

Třeba když budu chtít chodit do nějakého kroužku.



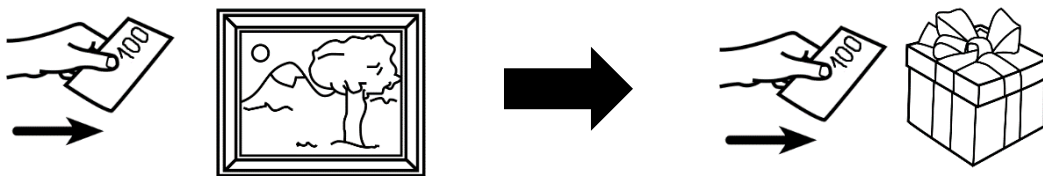
Mám právo na práci a odměnu za ní.



V Domově můžu zlepšovat své pracovní dovednosti.

Můžu se třeba učit uklízet, vařit nebo pracovat na zahradě.

Pracovníci mi také pomůžou s hledáním práce, když budu chtít.



V Domově se také můžu učit něco vytvářet.

Třeba můžu něco stloukat ze dřeva nebo můžu malovat obrazy.

Když si koupím vlastní pomůcky, tak si můžu svůj výtvar nechat.

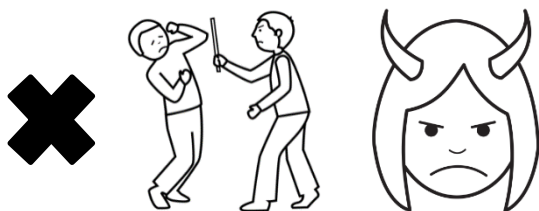
Když použiju pomůcky, které koupila Ruka pro život, tak může můj výtvar Ruka pro život prodat.

Za vydělané peníze pak Ruka pro život nakupuje další pomůcky na tvoření a dárky pro uživatele k narozeninám nebo k Vánocům.

Občas také přispívá na akce pro uživatele, třeba zaplatí lístky na výstavu.

Můžu se zapojit do rozhodování o tom, co se za vydělané peníze koupí.

Mám právo na to, aby se ke mně ostatní chovali slušně.



Nikdo mi nesmí nadávat nebo ubližovat.

Nikdo mi nesmí dělat věci, které se mi nelíbí.

Nikdo se mi nesmí posmívat nebo upozorňovat na mé postižení.

Pracovníci se chovají ke všem uživatelům stejně.

Pro všechny platí stejná pravidla.

Nezáleží na tom, jakou mám barvu kůže, kolik mám peněz, jestli věřím v boha a podobně.

Ostatní se mnou musí jednat podle mého věku.

To třeba znamená, že na mě pracovníci nešišljají a netrestají mě.

Můžu si vybrat, jak mi budou ostatní říkat.

Jestli mi budou říkat křestním jménem, příjmením nebo přezdívkou.

Můžu si také vybrat, jestli mi budou ostatní tykat nebo vykat.

Když si lidé tykají, tak říkají: Ahoj, jak se máš?

Když si lidé vykají, tak říkají: Dobrý den, jak se máte?



Mám právo na pomoc, kterou potřebuji.

Kdykoli můžu požádat pracovníky o pomoc.
Můžu také pomoc pracovníků odmítnout.
Pracovníci mi budou pomáhat jen s tím, co sám nezvládnu.
Když se budu chtít něco naučit nebo být v něčem samostatnější,
tak mi s tím pracovníci pomůžou.



Pokud se bojím chodit venku sám nebo potřebuji venku v něčem pomoci,
můžu pracovníky požádat o doprovod.
Pracovníci mě můžou doprovodit třeba k lékaři, do obchodu nebo do kina.
Pracovníci mi venku pomůžou vyřídit, co potřebuji.
Doprovod si musím s pracovníky domluvit předem.
Když budu potřebovat doprovodit na nějaká důležitá místa,
třeba k lékaři, na úřad nebo do školy,
tak jízdenku pro pracovníka zaplatí Ruka pro život.
Když budu chtít doprovodit za zábavou,
třeba do kina, na výlet nebo do kavárny,
tak musím jízdenku a vstupenku pro pracovníka zaplatit sám.

Může se stát, že budu mít nějaké problémy nebo přání,
se kterými mi pracovníci nebudou umět pomoci.
Pracovníci mi ale vždy poradí, kde jinde mi s tím pomůžou.
Například mi poví, jakou jinou sociální službu můžu využít.

Mám právo na informace.

Pracovníci mi říkají všechny důležité věci, které se mě týkají.
Informace mi říkají tak, abych jim rozuměl.
Když potřebuji něco zjistit nebo s něčím poradit,
můžu se obrátit na pracovníky.



Můžu se kdykoli podívat, co o mně pracovníci píšou do počítače a na papíry.

Mám právo na přiměřené riziko.



Někdo špatně vidí, a proto je pro něj nebezpečné sám přecházet ulici.
Někomu se třesou ruce, a proto je pro něj nebezpečné sám krájet ostrým nožem.
Pracovníci mi vysvětlí, co je nebezpečné pro mě.
Vysvětlí mi, jak se chovat, aby se mi nic nestalo.
Budou se mě snažit před nebezpečím chránit.
Zároveň mi ale pomůžou, aby už pro mě ta věc nebezpečná nebyla.
Třeba mě naučí být samostatnější.

Když budu chtít dělat něco nebezpečného,
i když mi to pracovníci nedoporučili,
tak sepíšeme dohodu.

V dohodě bude napsané:

- co chci dělat
- proč to chci dělat
- co mi hrozí za nebezpečí
- co si o tom myslí pracovníci

Dohodu pak všichni podepíšeme.

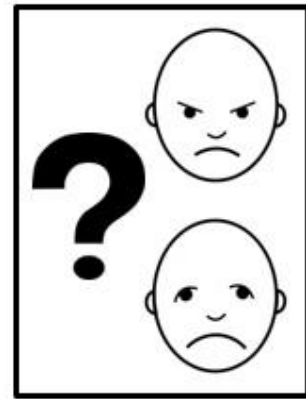


Když budu chtít dělat něco hodně nebezpečného,
u čeho bych se mohl vážně zranit nebo i zemřít,
tak mi v tom můžou pracovníci zabránit.



4. Co můžu dělat, když se mi něco nelíbí?

Všichni pracovníci Ruky pro život si přejí,
aby se mi v Domově líbilo
a abych v něm byl spokojený.
Proto chtějí vědět,
co se mi líbí, co se mi nelíbí a co bych si přál.



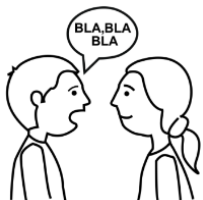
Mám právo říct svůj názor.
Můžu říct, co si myslím a co cítím.
Všichni to rádi uslyší.
Nikdo se mi kvůli tomu nebude smát ani se na mě nebude zlobit.

Když mám nějaké přání nebo nápad na zlepšení Domova,
tak to můžu říct pracovníkům.

Můžu to říct i na Radě uživatelů.
Rada se koná každý měsíc.
Budeme se na ní domlouvat i na tom,
co budeme dělat, kam půjdeme na výlet
a na dalších důležitých věcech.



Když se mi něco nelíbí nebo se v Domově děje něco špatného,
tak si můžu stěžovat.



Stížnost můžu říct na Radě uživatelů.

Stížnost můžu říct i kterémukoli pracovníkovi osobně nebo přes telefon.

Stížnost můžu také napsat.

Nemusím se podepisovat.

Nikdo tak nezjistí, že si stěžuji já.

Tomu se říká anonymní stížnost.

Stížnost můžu napsat na papír a hodit jí do schránky důvěry.

Schránka důvěry je na nástěnce pod schody.

Stížnost můžu poslat i poštou.

Stížnost můžu také napsat na počítači a poslat e-mailem.

Když nevím, jak si stěžovat,

tak můžu požádat o pomoc pracovníky, rodiče nebo další lidi, kterým věřím.

Telefony, poštovní adresy a e-mailové adresy jsou na první stránce této knížky. Návod jak si stěžovat najdu také v letáčku s názvem “Co mám dělat, když se mi v Domově Ostromečská něco nelíbí?”. Letáček najdu na komodě v obývacím pokoji. Letáček si můžu vzít.

Pracovníci mi na stížnost do čtyř týdnů odpoví. Odpověď na anonymní stížnost (nepodepsanou) pracovníci napíší na červený papír. Papír pověsí na nástěnku v obývacím pokoji.

Pracovníci se budou snažit problém vyřešit. Když nebudu s řešením stížnosti spokojený, můžu se obrátit na některou z těchto organizací:

Správní rada
Ruka pro život o.p.s
Rajmonova 1199/4
182 00 Praha 8

Magistrát hlavního města Prahy
Odbor sociální péče MHMP
Charvátova 145/9
110 00 Praha 1
telefon: 236 004 102

Liga lidských práv
Londýnská 31
120 00 Praha 2 – Vinohrady
e-mail: info@llp.cz
telefon: 545 210 446

Veřejný ochránce práv (ombudsman)
Údolní 658/39
602 00 Brno
telefon: 542 542 888 nebo 542 542 111
e-mail: podatelna@ochrance.cz

Ministerstvo práce a sociálních věcí
Na Poříčním právu 1
128 01 Praha 1
e-mail: posta@mpsv.cz
telefon: 221921111

Občanská poradna
Jakubská 3
110 00 Praha 1
telefon: 222 310 110
e-mail: op.praha1@seznam.cz

Český helsinský výbor
Štefánikova 216/21
150 00 Praha 5
telefon: 257 221 142
e-mail: poradna@helcom.cz

5. Jaké jsou moje povinnosti?

Moje povinnosti znamenají všechno,
co musím nebo nesmím dělat.

Musím se řídit tím, co je napsané ve smlouvě a v tomto řádu.
Musím platit včas za ubytování, jídlo a za pomoc pracovníků.



Měl bych plnit všechny dohody s pracovníky a s ostatními uživateli.



Musím se k ostatním chovat hezky.

Nesmím nikomu nadávat.

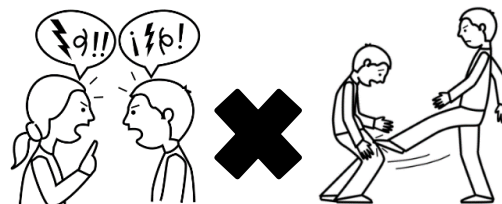
Nesmím se nikomu posmívat.

Nesmím nikomu ubližovat.

Nesmím nikoho bít nebo se s ním prát.

Nesmím ostatním dělat věci, které se jim nelíbí.

Třeba na někoho sahat, když se mu to nelíbí.



Nesmím svým chováním omezovat ostatní.

Třeba si v jídelně nahlas pouštět muziku, když to ostatním vadí.

Nesmím do Domova vodit zvířata.



Někteří lidé nemůžou v Domově být,
protože by jim například pracovníci neuměli pomoci,
nebo protože by mohli ublížit ostatním uživatelům a pracovníkům, a podobně.
V Domově nemůžou být lidé:

- kteří mají nějakou vážnou nakažlivou nemoc
- kteří nevidí nebo neslyší
- kteří nerozumí českému jazyku
- kteří mají vážnou duševní nemoc
- kteří celý den potřebují pomoc zdravotní sestry
- kterým lékař pobyt v Domově nedoporučí
- kteří nemají trvalé bydliště v Praze
- kterým soud nařídil ochrannou léčbu
- kteří jsou celý den upoutaní na lůžko
- kteří ubližují nebo nadávají jiným lidem nebo schválně rozbíjí věci.

Když pro mě bude platit některá z těchto věcí,

tak to musím nahlásit vedoucí Domova.

Vedoucí mi poradí, co dělat dál.

Třeba mi doporučí jinou sociální službu.

6. Jak neublížit sobě ani ostatním?



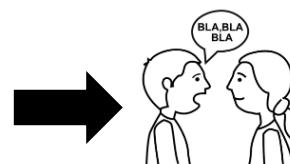
Musím se chovat tak, abych neublížil sobě ani ostatním.

Když hrozí nějaké velké nebezpečí, tak se musím řídit pokyny pracovníků.

Všechny důležité věci musím říct pracovníkům.

Důležité věci jsou:

- když je mi špatně,
- když vím, že je někomu špatně,
- když se něco rozbije nebo porouchá,
- když někde teče voda,
- když je na podlaze něco rozlitého,
- když někde hoří,
- když někdo někomu ubližuje nebo se k němu nechová hezky.



Nesmím zapalovat oheň.

Nesmím v domě kouřit.

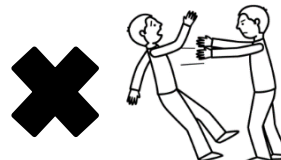
Po dohodě s pracovníky můžu kouřit na balkóně na určeném místě s popelníkem.



Nestrkám do nikoho, ani do jeho židle.

Když odcházím od stolu, vždycky zasunu židli.

V domě chodím pomalu, neběhám.



Nechodím s žádnými ostrými předměty – nůžkami, noži a podobně.

Ostré předměty nikdy nepokládám na židli ani na zem.

Když pracuji s elektrospotřebiči,

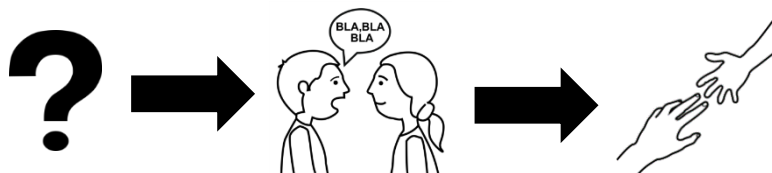
to znamená hlavně s rychlovarnou konvicí, sporákem, mixérem a žehličkou, tak by u toho vždy měl být pracovník.

S horkou vodou v rychlovarné konvici nechodím,

čaj si zalévám na pracovní ploše vedle dřezu.

Při pouštění vody vždy nastavím páčku na studenou vodu, teprve potom pustím vodu

a postupně přidávám teplou tak, abych se neopařil.



Když mi něco nejde nebo si nejsem jistý, tak požádám pracovníka o pomoc.

7. Jak si můžu objednat a odhlásit oběd?



Můžu si kupovat jídlo v obchodě a vařit si v bytě.
To je levnější.



Můžu jíst venku v restauraci.
To je dražší.

