



SOCIÁLNÍ REHABILITACE ELIM



PŘEHLED ČINNOSTÍ, KTERÉ POSKYTUJEME





SOCIÁLNÍ REHABILITACE ELIM POMÁHÁ LIDEM, KTEŘÍ ŘEŠÍ RŮZNÉ TĚŽKOSTI, ABY SE DOKÁZALI CO NEJVÍCE ZAPOJIT DO BĚŽNÉHO ŽIVOTA VE SPOLEČNOSTI.

UČÍME JE ZVLÁDAT RŮZNÉ ČINNOSTI SAMOSTATNĚ TAK, ABY NÁS V BUDOUCNU NEPOTŘEBOVALI.





V sociální rehabilitaci jde především o spolupráci klienta a pracovníka. Pracovník klienta podporuje, ale nerozhoduje za něj. Vedeme klienty k zodpovědnosti za svá rozhodnutí.





**JSME TADY PRO lidi ve věku 18 -75 let,
kteří mají zdravotní znevýhodnění
nebo se nacházejí v problémové životní situaci.**





Naše služby najdete ve „věžáku“ v 5. patře
na Smetanově ulici.

Je to velká modrá budova u autobusového
nádraží ve Vsetíně.

Naši pracovníci jsou tady každý pracovní den
od 7:00 do 15:30 hodin.





SOCIÁLNÍ REHABILITACE ELIM

OBLASTI,
VE KTERÝCH VÁS MŮŽEME PODPOŘIT.





PÉČE O DOMÁCNOST

- Praní, sušení, žehlení prádla
- Vysávání, zametání, vytírání podlahy
- Používání domácích spotřebičů
- Mytí a utírání nádobí
- Úklid
- Nákup spotřebičů
- Vybavení domácnosti
- Drobné opravy a údržba
- Vaření





PÉČE O SEBE

- Osobní hygiena
- Úprava zevnějšku
- Péče o oděvy
- Péče o zdraví a zdravý životní styl
- Podpora při dodržování léčebného režimu





PÉČE O ZDRAVÍ

- Zdravě se stravovat a pohybovat
- Zajít k lékaři
- Najít nemocnici
- Najít správnou ordinaci
- Domluvit se s lékařem
- Dodržování léčebného režimu
- Poznat, kdy jít k lékaři
- Vyzvednout léky v lékárně
- Správně léky užívat, nezapomenout





ORIENTACE VENKU I VEVNITŘ

- Vyznat se tam, kde bydlíme
- Trefit na autobus
- Najít obchod
- Najít cestu zpět domů
- Bezpečně se pohybovat





HOSPODAŘENÍ S PENĚZI

- Jestli mi na všechno stačí moje výplata
- Používání platební karty
- Pomoc s řešením dluhů
- Pomoc s exekucemi nebo insolvenčí
- Pracovat v internetovém bankovníctví
- Poznávání peněz





NÁCVIK NAKUPOVÁNÍ

- Orientace v obchodě
- Orientace v cenách zboží
- Komunikace s prodavačkou nebo prodavačem
- Nácvik placení penězi nebo kartou
- Umět si spočítat, jestli mi vyjdou peníze





NÁCVIK CESTOVÁNÍ DOPRAVNÍMI PROSTŘEDKY

- Vyznat se v jízdním řádu
- Vyhledat správné nástupiště
- Umět si koupit jízdenku
- Vystoupit na správné zastávce





PRÁCE NA POČÍTAČI

- Umět používat počítač – zapnout, vypnout, používat myš, klávesnici
- Umět napsat dopis
- Používat e-mail – založit ho, psát zprávy, přečíst si zprávy
- Napsat žádost o zaměstnání
- Umět vyhledat na internetu, co mě zajímá





HLEDÁNÍ PRÁCE

- Najít vhodné zaměstnání
- Napsat životopis, žádost o místo
- Absolvovat výběrové řízení
- Naučit se a zapamatovat si trasu do zaměstnání
- Zpracovat se, zvyknout si na nové pracovní prostředí





PRACOVNÍ NÁVYKY

Trénujeme:

- chození včas
- dodržování pracovní doby
- vytrvalost, samostatnost při práci
- manuální zručnost
- dodržení určité kvality práce
- omluvit se, když vím, že nedorazím nebo přijdu pozdě

Rozvíjíme:

- schopnost domluvit se s kolegy v práci
- schopnost spolupracovat





TELEFONOVÁNÍ

- Používání mobilního telefonu
- Zavolat přátelům, rodině, do práce nebo k lékaři
- Vytočit správné číslo
- Umět srozumitelně říct, co chci





NAVÁZÁNÍ A UDRŽOVÁNÍ SPOLEČENSKÝCH KONTAKTŮ

To znamená mít kontakt s rodinou, přáteli, poznávat nové lidi, někam si zajít, zažít legraci, vyrazit na výlet, povídat si, mít zážitky

Zkoušet, trénovat, naučit se

- Jak se s druhými lidmi bavit, domlouvat
- Jak se zbavit ostychu
- Jak druhého oslovit
- Jak trávit svůj volný čas podle svých představ





VYŘIZOVÁNÍ NA ÚŘADECH

- Návuk a orientace
- Obstarávání osobních záležitostí, uplatňování práv
- Podpora při porozumění dokumentům a jejich obsahu

