Spolufinancováno Evropskou unií

Ministerstvo práce a sociálních věcí

PODPORA PROCESU DEINSTITUCIONALIZACE A TRANSFORMACE SOCIÁLNÍCH SLUŽEB V ČR

Diskusní fórum:
Moderní přístupy ke stravování v komunitních službách

VAŘÍME SPOLU

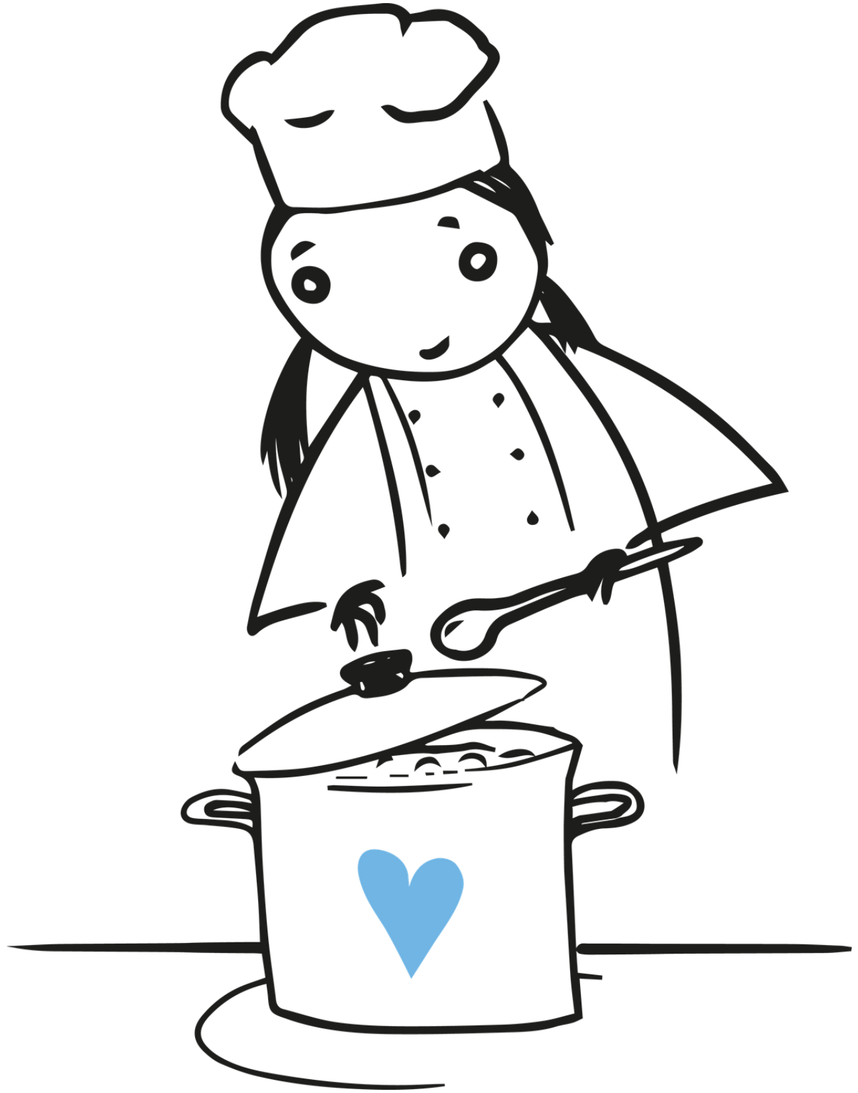
Mgr. Anna Majdová – DOZP Nový domov, Tady to mám rád z.s.
Mgr. Anežka Solná – DOZP Nový domov, Tady to mám rád z.s.

on-line, 30.9. 2026

VAŘÍME SPOLU

Tady to mám rád z.s.

Mgr. Anna Majdová
Mgr. Anežka Solná

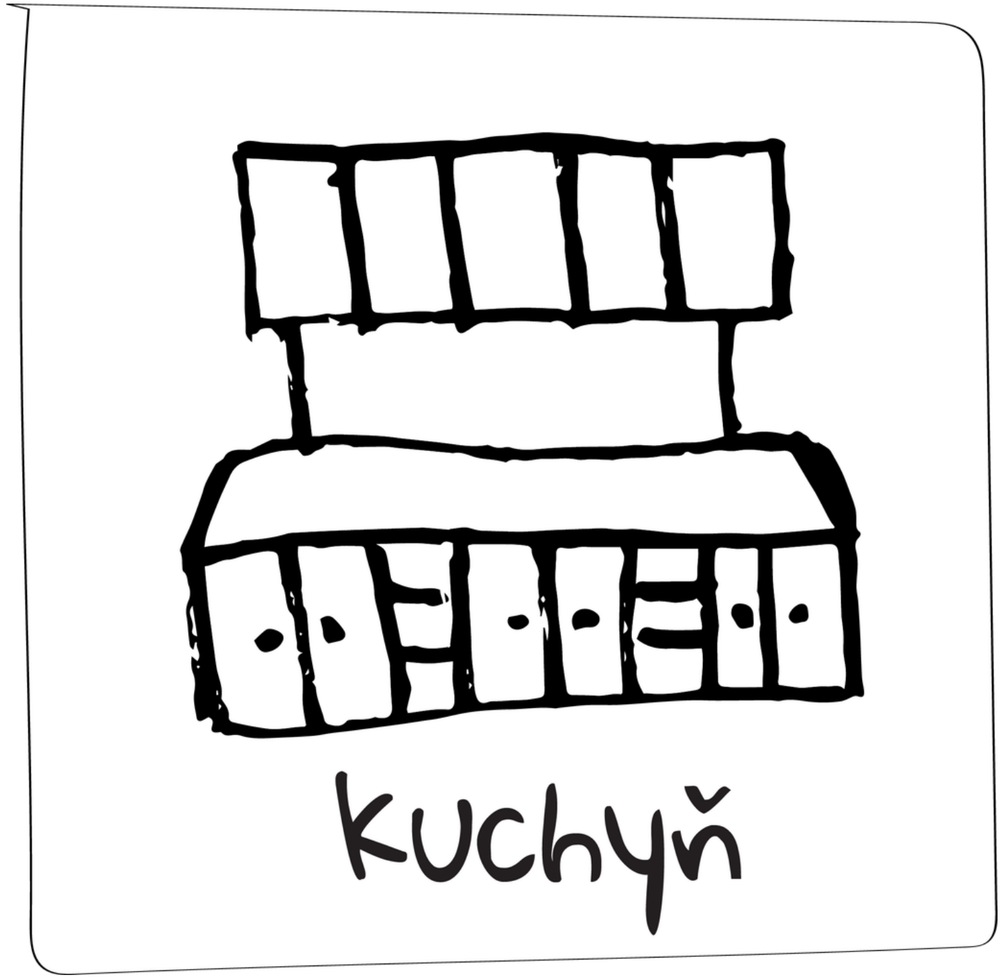


JAK VYPADÁ KUCHYŇ V KOMUNITNÍM DOZP?

- Dost podobně jako ta v běžném rodinném domě.

A JAKÝ JE JEJÍ PROVOZ?

- Běžný jako v rodině s větším důrazem na hygienu



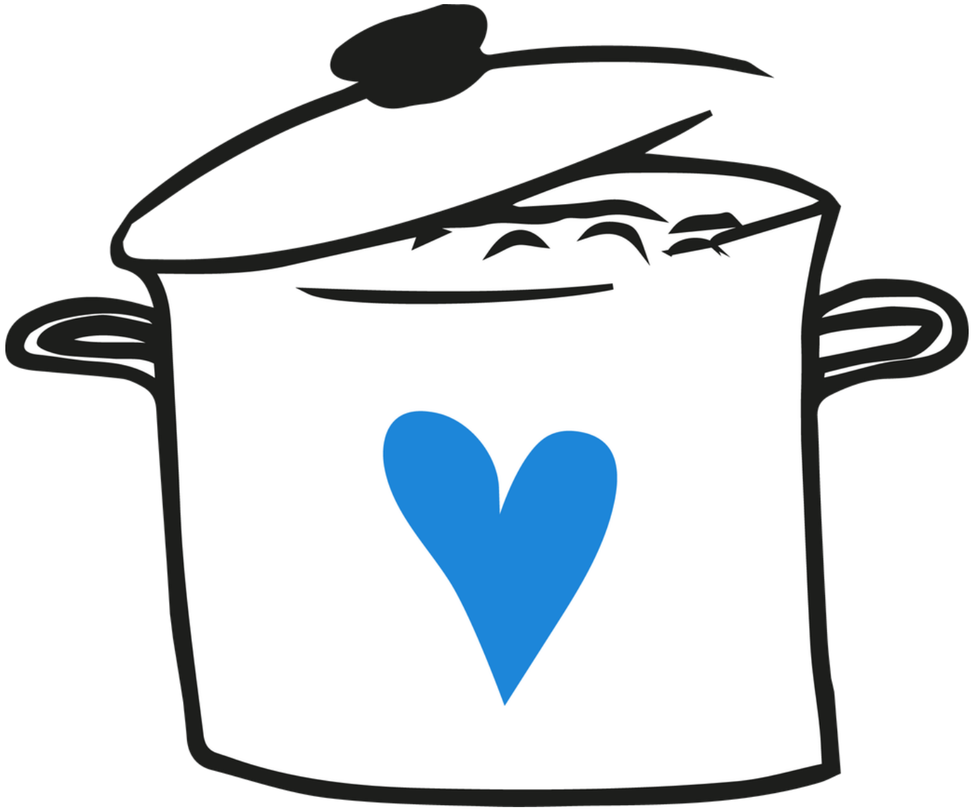
VAŘENÍ JAKO SOUČÁST PROGRAMU

- Vaření je přirozenou součástí programu sociální služby a probíhá přímo v prostorách služby.
- Společně připravujeme vlastní stravu.
- Do vaření aktivně zapojujeme uživatele podle jejich možností a schopností.
- Vaření podporuje samostatnost, praktické dovednosti, spolupráci a rozhodování.
- Zároveň vytváří prostor pro společné trávení času, komunikaci a posilování vztahů mezi uživateli a pracovníky.



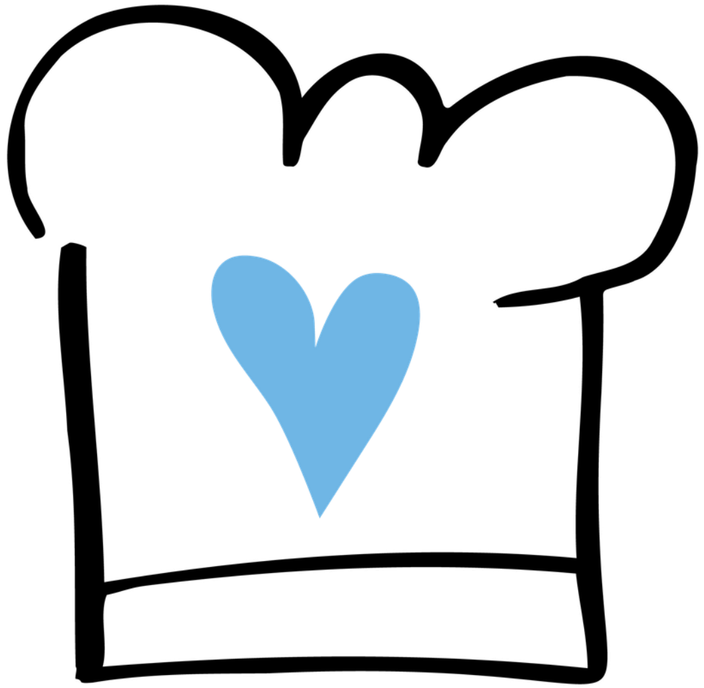
VAŘENÍ JAKO SOUČÁST PROGRAMU

- Každý uživatel se může zapojit do konkrétní činnosti – například loupání a krájení brambor, přípravy surovin, míchání nebo prostírání.



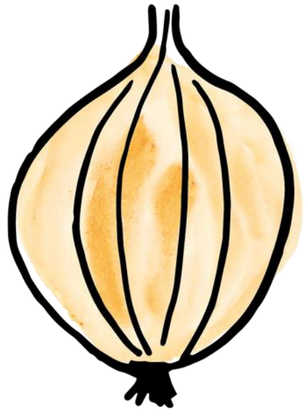
VAŘENÍ JAKO SOUČÁST PROGRAMU

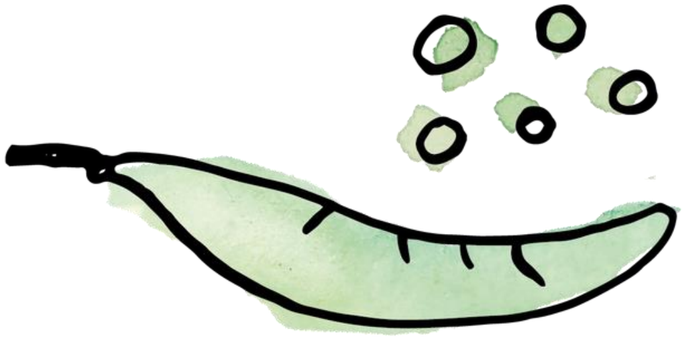
- Uživatelům nabízíme také možnost vařit či péct společně s pracovníkem podle jejich chuti a zájmu.
- Společné pečení a vaření umožňuje uživatelům vybrat si, co by chtěli upéct, a následně se podílet na celém procesu.

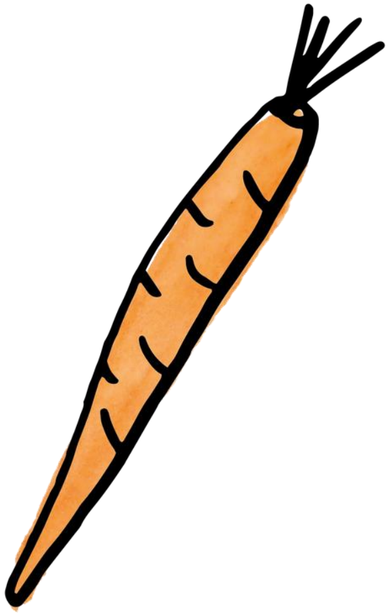


VAŘENÍ JAKO SOUČÁST PROGRAMU

- Uživatelé nemusí být zapojeni pouze do procesu vaření. Dle jejich zájmu a schopností je možné je zapojit i jiným způsobem - například pěstování surovin na zahradě, sběr surovin, psaní nákupního seznamu, nákup, úklid nádobí po obědě, ...

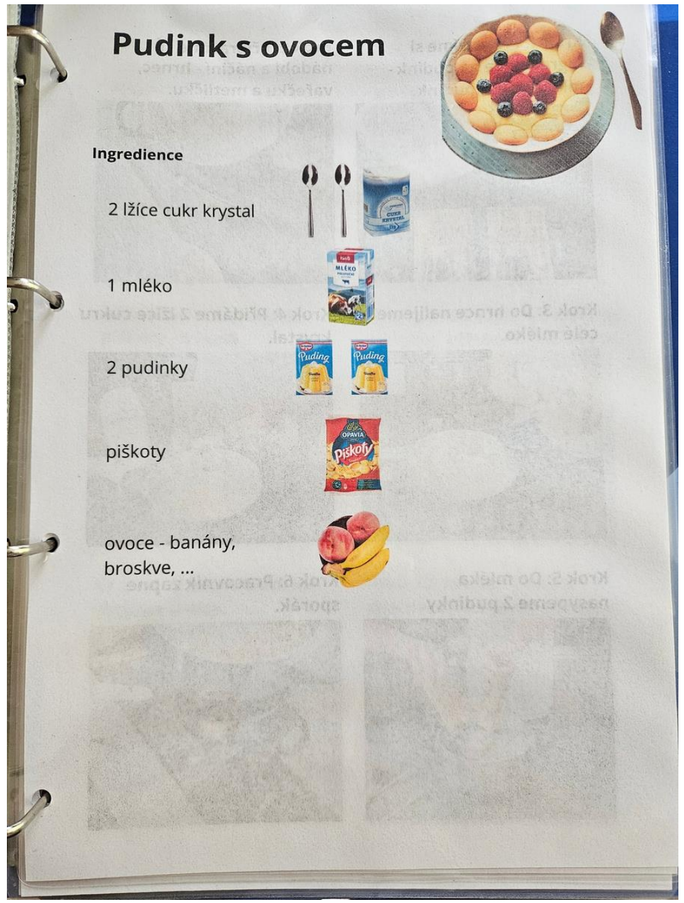






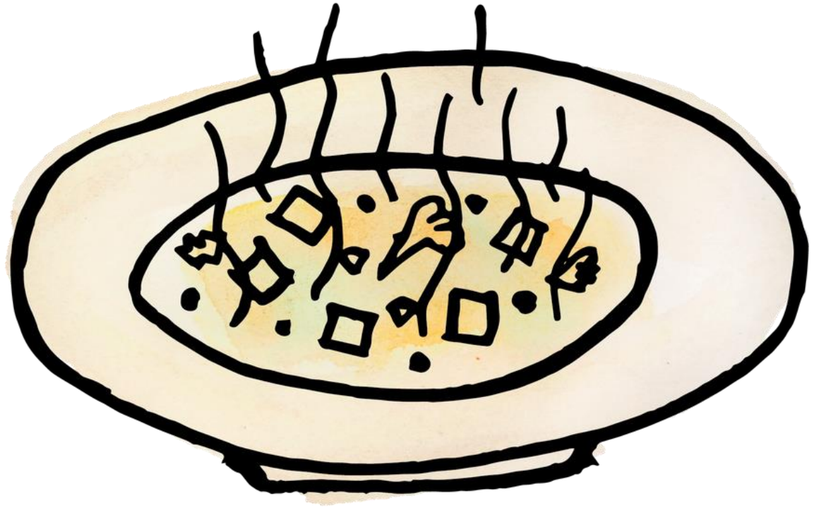
PODPORA SAMOSTATNOSTI PŘI VAŘENÍ

- I v procesu vaření či pečení můžeme podporovat samostatnost klientů - např. formou **strukturované kuchařky.**





TVORBA JÍDELNÍČKU



- Jídelníček tvoří sociální pracovník případně vedoucí služby s ohledem na racionální výživu a na potřeby a preference uživatelů.
- Uživatelé se mohou aktivně podílet na jeho tvorbě a ovlivnit, co se bude připravovat.
- Tvorbu jídelníčku ovlivňují individuální preference stravování uživatelů:
  - uživatel odmítá běžné jídlo, jí specificky pouze pár druhů potravin, jídlo se mu tedy připravuje zvlášť mimo jídelníček - současně s tím vždy citlivě pracujeme na rozšíření jídelníčku

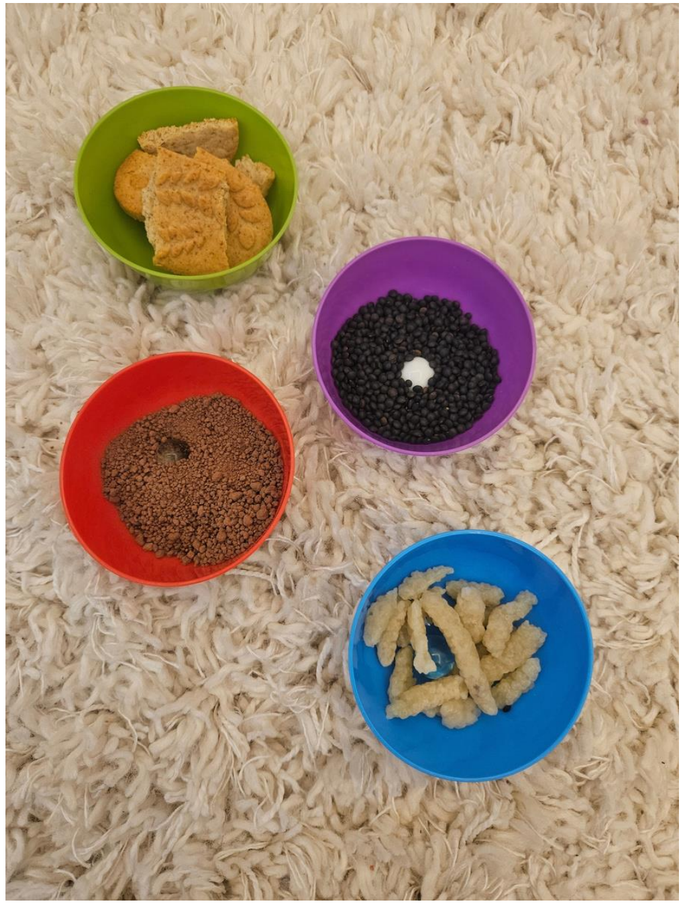
PŘÍKLAD JÍDELNÍČKU



- Sezónnost potravin - ze zahrady a z potravinové banky
- Zdravá a pestrá strava – dbáme na pestrost jídelníčku, dostatek ovoce a zeleniny a vyvážené zastoupení jednotlivých druhů potravin.
- V období zvýšeného výskytu nachlazení a chřipkových onemocnění zařazujeme například teplé vývary, bylinné nebo zázvorové čaje, ovoce a další vhodné potraviny.
- Jídelníček tak není pouze předem daný plán, ale pružně reaguje na aktuální situaci, potřeby a možnosti klientů.

KDYŽ UŽIVATEL JÍ JEN JEDEN DRUH POTRAVIN, JAK PRACOVAT NA ROZŠÍŘENÍ JÍDELNÍČKU

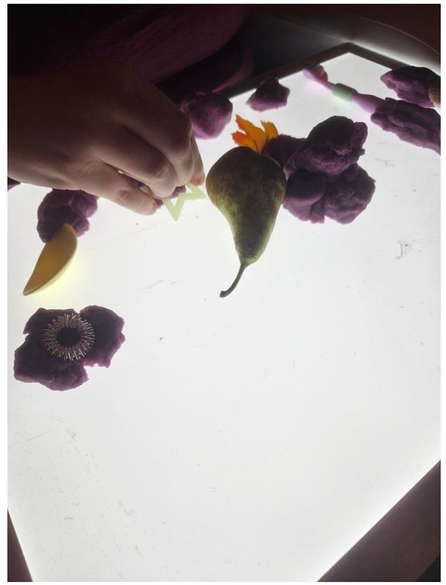
- Důležitá je znalost klienta
- Spolupráce s rodiči, předchozími službami
- Zapojovat do dne nové potraviny (při nákupu, komunikaci...) - uživatel je vidí, ale nemusí je rovnou zkusit
- Pozitivně mluvit o jídle, které může vidět či cítit během příprav
- Nabízet, ale nenutit
- Jídlo pro uživatele v bezpečném prostředí
- Pokrok chce čas
- Občas stačí malá nepatrná změna (barva potraviny, příchuť, dvě půlky, ...)



KDYŽ UŽIVATEL JÍ JEN JEDEN DRUH POTRAVIN, JAK PRACOVAT NA ROZŠÍŘENÍ JÍDELNÍČKU

- Příklad mladík M. (nevidomý uživatel s PAS), jí pouze pár druhů potravin, odmítá jídlo ⟶ systematická práce na rozšíření jídelníčku

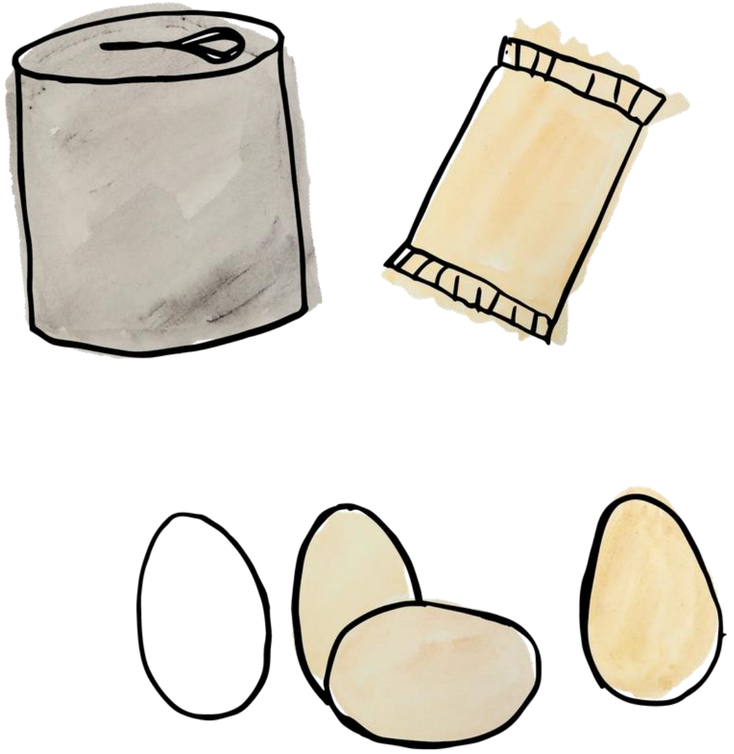
- Práce ve Snoezelenu:
  - práce v bezpečném a senzoricky upraveném prostředí
  - jít přes motivační prvky (například plastelína, kuličky, ...)
  - zapojovat je zpočátku nenápadně, jako přirozenou součást aktivity/hry





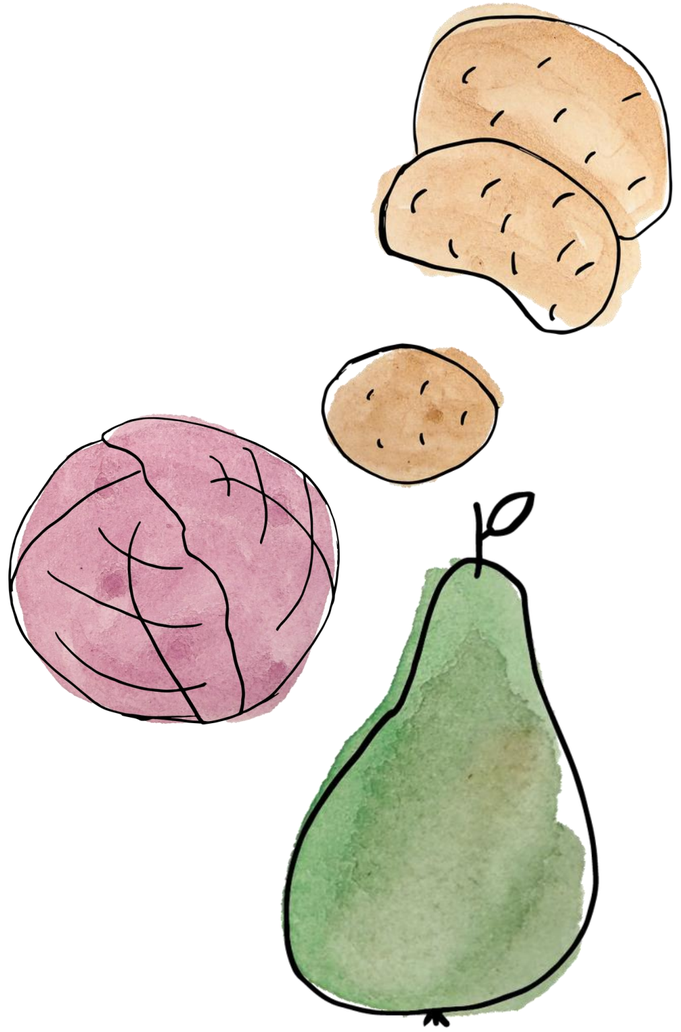
TIPY A TRIKY JAK SI TO TROCHU ZJEDNODUŠIT

- Plánování nákupů a zásob – větší nákup potravin realizujeme 1× za 14 dní formou velkého závozu z Bidfoodu - dodavatel kvalitních surovin do gastro provozů
  - Jako ulehčení samotného vaření lze objednat i Sous-vide potraviny, zejména maso - zjednodušení celého procesu vaření
- Díky pravidelnému závozu máme zásobu základních potravin a nemusíme řešit každodenní nákupy.



TIPY A TRIKY JAK SI TO TROCHU ZJEDNODUŠIT

- Spolupráce s Potravinovou bankou Jihomoravského kraje nám pomáhá efektivně doplňovat potraviny.
- Z napojené prodejny máme svoz potravin 2× týdně.
- 1× měsíčně využíváme také závoz potravin přímo ze skladu potravinové banky.
- Kombinace pravidelných závozů a potravinové banky nám umožňuje lépe plánovat jídelníček, šetřit čas i finanční prostředky.
- Zároveň se snažíme efektivně využívat dostupné potraviny a minimalizovat plýtvání.



JAK PROBÍHÁ STRAVOVÁNÍ NA DOMOVĚ Z POHLEDU UŽIVATELE

Snídaně

- Snídani má každý uživatel individuálně v jiný čas.
- Slečna K. - Neverbální uživatelka. Vstává kolem 6:30, po ranní hygieně jí chystáme snídani dle toho, co si vybere z vizualizované nabídky jídel. Sama si podá talířek, na který jí snídani dáme.



- Mladík Ř. - Vstává kolem 9:00, po ranní hygieně jí snídani, kterou si za slovní asistence pracovníka vybere z lednice. Ř. se do jisté míry podílí i na její přípravě (mazání pečiva, skládání šunky, ...).

JAK PROBÍHÁ STRAVOVÁNÍ NA DOMOVĚ Z POHLEDU UŽIVATEL

Svačiny

- Slečna K. - K. má po celý den k dispozici vizualizovanou nabídku jídel. Jejím prostřednictvím a podáním kartičky pracovníkovi si může požádat o jídlo, kdykoliv má hlad.
- Mladík Ř. - Ř. si může svačiny připravit i sám za asistence pracovníka (například puding, pečení buchty, ...).

JAK PROBÍHÁ STRAVOVÁNÍ NA DOMOVĚ Z POHLEDU UŽIVATELE

Oběd

- Oběd vaříme společně pro všechny uživatele dle naplánovaného jídelníčku. Uživatelům se specifickými nároky na jídlo se oběd připravuje zvlášť.
- Mladík Ř. - Rád vaří a téměř denně se dílčími úkoly zapojuje do přípravy oběda (loupání brambor, krájení zeleniny, dopolední nákup potravin, ...).
- Mladík M. - M. má specifické nároky na jídlo, jí pouze určité druhy potravin (rýže se sýrem, krupičná kaše, vaječné omelety...). Oběd se mu připravuje individuálně dle jeho volby a aktuálních preferencí.

JAK PROBÍHÁ STRAVOVÁNÍ NA DOMOVĚ Z POHLEDU UŽIVATELE

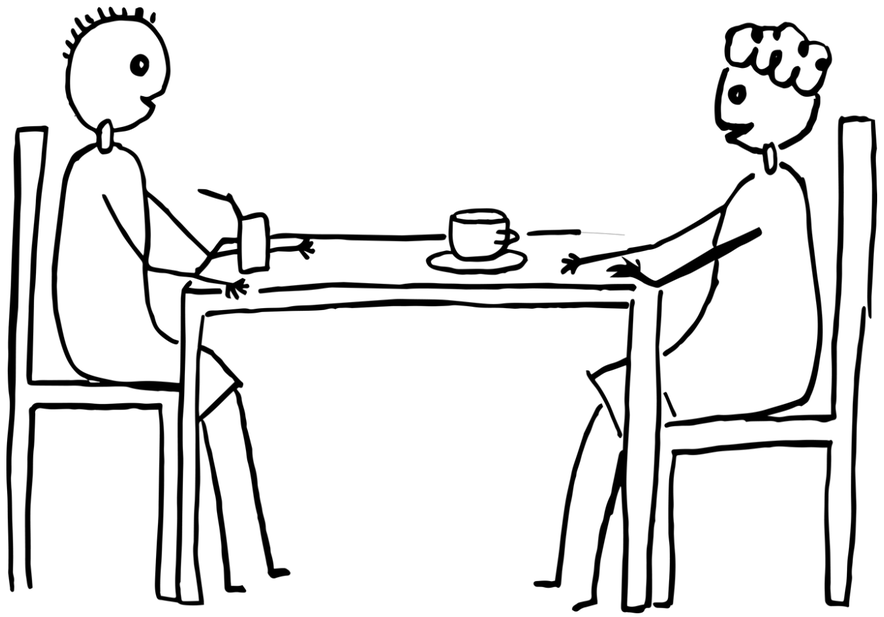
Večeře

- Večeře se připravuje společná, většinou se chystá jídlo jednodušší na přípravu.
- Večeře se dle preferencí klientů připravuje buď studená nebo teplá.
- Uživatelům se specifickými nároky se jídlo připravuje zvlášť.



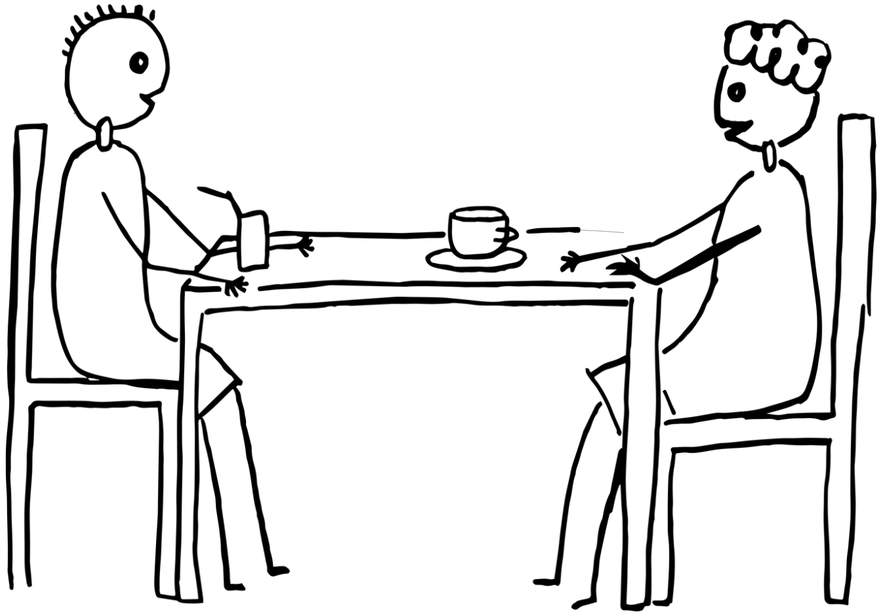
CÍLEM NENÍ ABY JEDLI VŠICHNI U JEDNOHO STOLU

- Společné stolování nabízíme jako možnost, nikoliv jako povinnost.
- Každý uživatel má své individuální potřeby, zvyklosti, tempo a projevy, které při stolování respektujeme.
  - přílišný tlak na změnu zvyklostí může vést až k odmítání jídla.



CÍLEM NENÍ ABY JEDLI VŠICHNI U JEDNOHO STOLU

- Může nastat situace, kdy si uživatelé vzájemně svými projevy narušují pohodu při jídle – jeden uživatel může být druhým rušen, což může vést ke stresu, nepohodě nebo dokonce k odmítnutí jídla.
- V takové situaci hledáme řešení, které bude vyhovovat oběma uživatelům, namísto toho, abychom trvali na společném stolování.

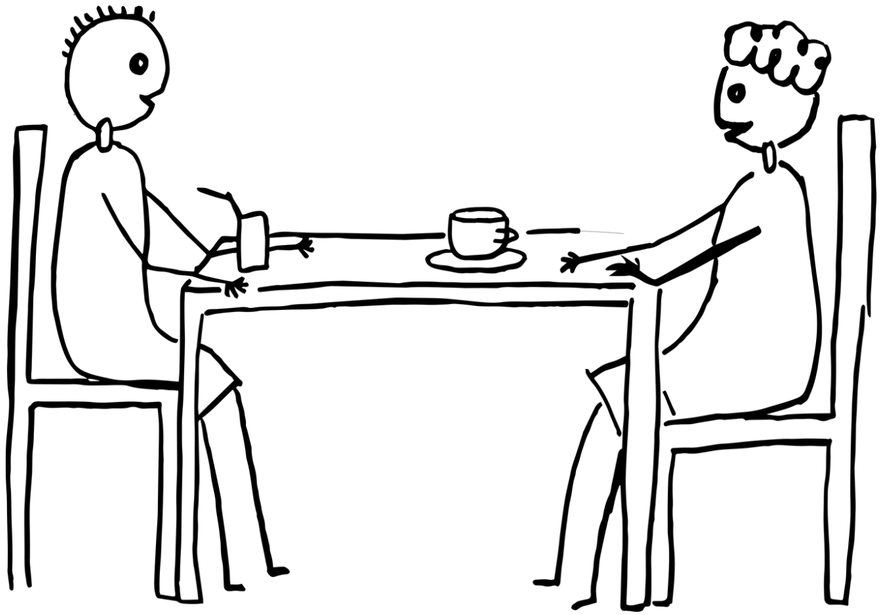


CÍLEM NENÍ ABY JEDLI VŠICHNI U JEDNOHO STOLU

- Jedním z řešení je časové rozložení stravování – uživatelům nabídneme jídlo v různých časových úsecích.
  - *Příklad z praxe:* Dva uživatelé se vzájemně ruší svými projevy během jídla. *Řešení:* Jeden z uživatelů vstává brzy a proto obědvá již ve 12:00. Druhý uživatel vstává a snídá později, a proto mu nabídneme oběd například ve 12:30, kdy už první uživatel opustí prostor kuchyně.
- Tímto způsobem dokážeme přizpůsobit režim služby individuálním potřebám uživatelů, aniž bychom některého z nich omezovali.

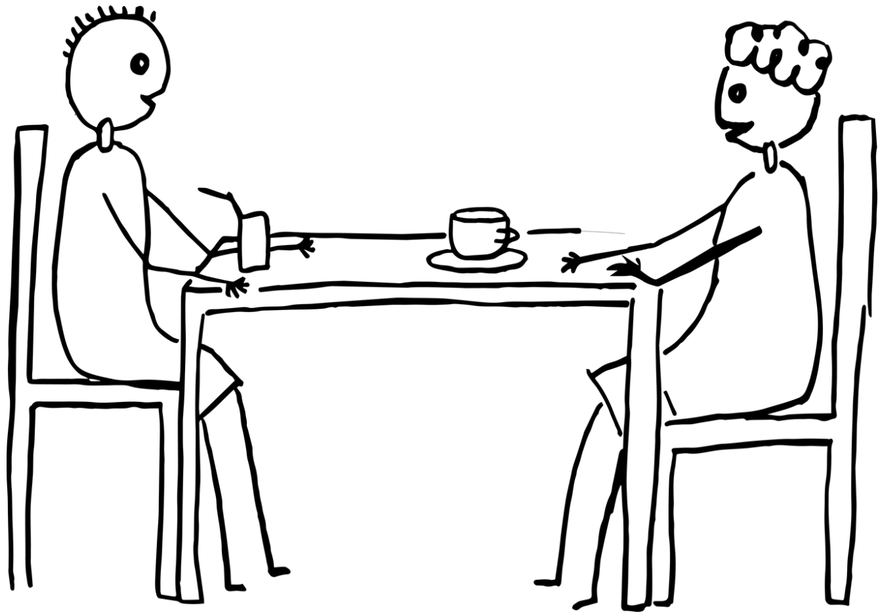
CÍLEM NENÍ ABY JEDLI VŠICHNI U JEDNOHO STOLU

- Všímáme si také projevů nepohody uživatele a hledáme jejich možné příčiny. I odmítnutí jídla může být signálem, že uživateli aktuální prostředí nebo způsob stolování nevyhovuje.
- Tento přístup vychází z principů PBS – cílené podpory potřeb uživatele: nesnažíme se všechny přizpůsobit jednomu režimu, ale přizpůsobujeme prostředí a způsob podpory konkrétním potřebám člověka.



OD VAŘENÍ AŽ PO STOLOVÁNÍ JE ZÁSADNÍ RESPEKTOVAT INDIVIDUÁLNÍ TEMPO A POTŘEBY KAŽDÉHO UŽIVATELE.





DĚKUJEME ZA POZORNOST

