

## Naše zlepšování

*Zlepšování potřebuje nejen růst, ale i stagnaci a pády. Nikdy na to nezapomeňte!*

Zde je zaznamenáno naše zlepšování v **nošení okluzoru na úplném začátku**. Naším cílem na základě doporučení doktorky bylo se dostat na nošení okluzoru 2 hodiny denně. Když jsme začínali, **Diance bylo 22 měsíců, tedy necelé dva roky**. Dianka v té době již chodila pravidelně na nočník, krásně smrkala, skoro sama jedla příborem. Ještě neuměla mluvit, jen jednoduchá žvatlavá slova, neuměla se oblékat.

Dle popsaného konkrétního postupu jsme se dostali **na nošení brýlí s okluzorem na 2 hodiny denně za 25 dní bezbolestného trénování!**

Jaký den?	Co jsme dělali?	Kolik jsme vydrželi?
1. den	Nasadil jsem si brýle s okluzorem a počítal do deseti.	0
2. den	Nasadil jsem si brýle s okluzorem a počítal do deseti.	0
3. den	Nasadil jsem si brýle s okluzorem a počítal do deseti.	0
4. den	Nasadil jsem si brýle s okluzorem a počítal do deseti.	0
5. den	Nasadil jsem si brýle s okluzorem a počítal do deseti.	0
6. den	Poprvé nasazuji brýle s okluzorem Diance a počítám do deseti.	10 sekund
7. den	Nasazuji brýle s okluzorem Diance a počítám do deseti.	10 sekund
8. den	Nasazuji brýle s okluzorem Diance a počítám pomaleji do deseti.	15 sekund
9. den	Nasazuji brýle s okluzorem Diance a počítám pomaleji do deseti.	15 sekund
10. den	Nasazuji brýle s okluzorem Diance a počítám ještě pomaleji do deseti.	20 sekund
11. den	Nasazuji brýle s okluzorem Diance a počítám ještě pomaleji do deseti.	20 sekund
12. den	Nasazuji brýle s okluzorem Diance a čteme oblíbenou básničku s obrázky, kterou má Dianka ráda - Jak šlo vejce na vandr.	40-60 sekund

Jaký den?	Co jsme dělali?	Kolik jsme vydrželi?
13. den	Nasazuji brýle s okluzorem Diance a čteme oblíbenou básničku s obrázky, Jak šlo vejce na vandr.	40-60 sekund
14. den	Čteme oblíbenou knihu s obrázky, O myšákovi.	3 minuty
15. den	Prohlížíme si dvě knížky s obrázky.	5 minut
16. den	Prohlížíme si dvě knížky s obrázky.	10 minut
17. den	Bohužel vynechali jsme úplně.	0
18. den	Dopoledne i odpoledne si prohlížíme knížky.	5+5 minut
19. den	Dopoledne si Dianka hraje s figurkama a kostkama z jedné společenské hry.	25 minut
20. den	Dopoledne si Dianka hraje s figurkama a kostkama z jedné společenské hry. Odpoledne pomáhá nandavat odřezky bylinek do kbelíku.	13+12 minut
21. den	Dopoledne jedeme za jedním pánem autem. Dianka jí sama banán.	29+10 minut
22. den	Dianka byla dopoledne ve školce a odpoledne jsme měli návštěvu, takže dnes nic moc.	10+4+2 minut
23. den	Dopoledne jsme si hráli s figurkama a kartickama. Pak Dianka svačila s čičí. Odpoledne si znovu chvíli hrála s figurkama.	20+30+12 minut
24. den	Celé dopoledne byla Dianka ve školce, odpoledne jsme si hráli s figurkama a obrázky.	25 minut
25. den	Dopoledne jsme synka vezli do školky s Diankou a šlo se do obchodu. Manželka pak šla něco zařizovat do města a po celou dobu měla Dianka okluzor. Odpoledne jsme šli společně pro syna do školky a ještě odpoledne si hrála s figurkama.	60+45+30 minut
26. den	V pohodě jsme vydrželi dopoledne hodinku. Nejdříve jsme si hráli s figurkama a potom jsme se s čičí oblékli a šli jsme ven. Byl jsem překvapen co všechno venku zvládla. Jen sep odívejte do galerií! A to máme před sebou ještě odpoledne. BOMBA!	40+40+ minut

BOMBA - ale je před námi samozřejmě ještě spousta práce. Půjde zvláště o to, aby Dianka nosila okluzor souvisle např. 1 hodinu. Až bude o něco starší, bude muset nosit okluzor třeba půl dne. To nejhorší však máme za sebou, tj. **naučit okluzor vůbec přijímat a nosit**, a co je ještě důležitější, začali jsme velmi brzy, tak věřím, že se nám oko lépe spraví....