

## **Metodický a podpůrný materiál pro pracovníky pečovatelských služeb**

### **Doporučené oblasti potřeb a témat pro mapování nepříznivé sociální situace zájemce/uživatele v pečovatelské službě**

Cílem materiálu je poskytnout poskytovatelům metodický nástroj k tomu, aby dokázali rozkrýt nepříznivou sociální situaci osoby v celé její šíři, a následně poskytovat základní poradenství a odpovídající podporu, doplňující přirozené zdroje a veřejné služby, popř. jiné odborné služby v rozsahu, který vyplynul ze zjišťování potřeb.

O zjištěných potřebách vede poskytovatel záznam a reaguje na zjištěné potřeby při sestavování či revizi individuálního plánu a následném poskytování sociální služby.

| Výsledná kompetence                                        | Oblast potřeb  | Téma                       | Potřeba uživatele          | Co daná potřeba např. zahrnuje                                                                                                               | Vysvětlivky                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------|----------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Osoba pečuje o svou hygienu podle svých potřeb a zvyklostí | Osobní hygiena | Denní hygiena              | Úkony běžné denní hygieny  | Ranní hygiena<br>Mytí během dne (rukou, obličeje atd.)<br>Večerní hygiena<br>Vysmrkání se<br>Použití intim spreje                            | Mít možnost provést všechny úkony osobní hygieny a péče o tělo s fyzickou podporou nebo s dohledem (nebo s oběma druhy podpory) v tempu, které je osobě příjemné, a kterého je osoba schopna, důstojně a v soukromí |
|                                                            |                |                            | Péče o ústa                | Vyčištění zubů<br>Péče o zubní náhrady – očištění<br>Nasazení náhrady<br>Oholení se                                                          |                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                            |                |                            | Česání a mytí vlasů        | Česání<br>Mytí vlasů a další péče o vlasy (balzám atd.)<br>Úprava vlasů (vyfoukání, natočení, nalakování vlasů apod.)                        |                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                            |                |                            | Péče o nehty               | Ostříhání si nehtů na rukou<br>Nalakování nehtů<br>Ostříhání nehtů na nohou                                                                  |                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                            |                |                            | Péče o oči                 | Umývání očí<br>Nasazení brýlí<br>Čištění brýlí<br>Aplikace kontaktních čoček a péče o ně                                                     |                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                            |                |                            | Péče o uši                 | Čištění uší<br>Nasazení naslouchadla<br>Čištění naslouchadla<br>Výměna baterií v naslouchadle                                                |                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                            |                | Mytí a koupání             | Mytí těla a koupání        | Poskytnutí podmínek pro osobní hygienu<br>Mytí celého těla<br>Sprchování<br>Koupání<br>Ošetření pokožky, včetně nohou, po koupeli nebo sprše |                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                            |                | Výkon fyziologické potřeby | Výkon fyziologické potřeby | Použití WC<br>Použití toaletního křesla<br>Výměna inkontinenčních pomůcek<br>Vypuštění sběrného sáčku na moč<br>Výměna menstruačních vložek  |                                                                                                                                                                                                                     |

| Výsledná kompetence                                                                                                                                          | Oblast potřeb                               | Téma                  | Potřeba uživatele                                                    | Co daná potřeba např. zahrnuje                                                                                                                                                  | Vysvětlivky                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Osoba o sebe pečuje podle svých potřeb a zvyklostí                                                                                                           | Zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu | Oblékání              | Oblékání, svlékání                                                   | Volba vhodného oblečení a doplňků (počasí, příležitost a vhodné vrstvení)<br>Oblékání a svlékání jednotlivých částí oblečení, popř. s využitím vhodných pomůcek                 | Mít možnost nadále udržovat s fyzickou podporou nebo dohledem (nebo s oběma typy podpory) svůj styl v oblékání a celkové úpravě vzhledu, být respektován při volbě svého vzhledu |
|                                                                                                                                                              |                                             |                       | Obouvání, zouvání                                                    | Volba vhodné obuvi s ohledem na počasí, příležitost a celkový vzhled<br>Nazouvání a zouvání obuvi, popř. s využitím vhodných pomůcek                                            |                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                              |                                             |                       | Celková úprava vzhledu                                               | Úprava vzhledu (např. před odchodem ven, před zrcadlem)<br>Líčení/odlíčení<br>Použití parfému                                                                                   |                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                              |                                             |                       | Posouzení, co je třeba nakoupit v souvislosti s péčí o vlastní osobu | Zhodnocení, zda má osoba k dispozici vhodné oblečení, obuv, kosmetiku, doplňky                                                                                                  |                                                                                                                                                                                  |
| Osoba se pohybuje podle svých potřeb a zvyklostí<br><br>Osoba kontroluje prostor kolem sebe, je v optimální poloze s ohledem na své potřeby a zdravotní stav | Samostatný pohyb                            | Změna polohy          | Změna polohy na lůžku                                                | Změna polohy těla na lůžku<br>Posazení na lůžku<br>Manipulace s dekou a polštářem<br>Podání věcí ze stolku (pití, kniha, kapesník atd.)<br>Manipulování s polohovatelným lůžkem | Mít informace o pomůckách/postupech, které usnadňují pohyb, či změnu polohy na lůžku, vstávání z lůžka                                                                           |
|                                                                                                                                                              |                                             |                       | Vstávání a uléhání na lůžko                                          | Vstání z lůžka<br>Ulehnutí na lůžko<br>Přesun na vozík a na lůžko                                                                                                               |                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                              |                                             |                       | Stání a sezení                                                       | Stoupnutí<br>Sezení mimo lůžko                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                              |                                             |                       | Polohovací a fixační pomůcky                                         | Použití polohovacích a fixačních pomůcek                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                              |                                             | Manipulace s předměty | Přemísťování a manipulace s předměty denní potřeby                   | Přemísťování předmětů denní potřeby<br>Manipulace se závěsy, žaluziemi, roletami apod.                                                                                          | Mít kontrolu nad svými předměty denní potřeby, být respektován v rozhodnutí, jak se s nimi má manipulovat                                                                        |

| Výsledná kompetence                                                    | Oblast potřeb        | Téma                       | Potřeba uživatele            | Co daná potřeba např. zahrnuje                                                                               | Vysvětlivky                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                        |                      | Pohyb ve vlastním prostoru | Pohyb ve vlastní domácnosti  | Bezpečný pohyb po místnosti, v domácnosti<br>Otevření a zamčení dveří, manipulace s klíči a domovním zvonkem | Mít k dispozici pomůcky/informace/fyzickou podporu pro bezpečný pohyb ve vlastním prostoru, pro přizpůsobení vlastního prostoru svým potřebám<br><br>Mít informace o pomůckách, které usnadňují manipulaci se zámky, otvírání dveří |
|                                                                        |                      |                            |                              |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                                        |                      | Pohyb mimo domácnost       | Chůze                        | Chůze po rovině<br>Chůze po schodech                                                                         | Mít informace o pomůckách, které usnadní pohyb mimo domov, event. o možných stavebních úpravách<br><br>Být informován o rizicích pádu při pohybu mimo domov                                                                         |
|                                                                        |                      |                            | Pohyb mimo vlastní domácnost | Pohyb po domě a vyjití z domu<br>Pohyb mimo dům                                                              |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Osoba se stravuje podle svých zvyklostí a potřeb, má zajištěnou stravu | Zajištění stravování | Příprava a příjem stravy   | Příprava stravy              | Příprava teplých nápojů<br>Příprava/vaření jídla<br>Ohřívání stravy<br>Podání jídla na talíř (servírování)   | Mít informace o tom, jaké pomůcky mohou usnadnit konzumaci jídla, pití                                                                                                                                                              |
|                                                                        |                      |                            | Přijímání stravy             | Napití<br>Najedení<br>Porcování stravy                                                                       | Mít informace o tom, jak jídlo upravit, aby je osoba mohla dobře konzumovat                                                                                                                                                         |
|                                                                        |                      |                            | Zajištění potravin           | Posouzení, jaké potraviny je potřeba nakoupit                                                                | Mít možnost využít odborné/fyzické podpory při přípravě stravy                                                                                                                                                                      |
|                                                                        |                      |                            | Zajištění stravy             | Dovoz stravy                                                                                                 | Mít možnost nácviku přípravy stravy, event. vhodné pomůcky usnadňující přípravu stravy                                                                                                                                              |

| Výsledná kompetence                                                                                                             | Oblast potřeb    | Téma                                             | Potřeba uživatele                                    | Co daná potřeba např. zahrnuje                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Vysvětlivky                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Osoba pečuje o svou domácnost podle svých potřeb a zvyklostí/má zajištěnou péči o svou domácnost podle svých potřeb a zvyklostí | Péče o domácnost | Udržování domácnosti                             | Úklid a údržba domácnosti                            | Umytí nádobí<br>Uložení potravin<br>Úklid lednice a mrazničky<br>Běžné udržení pořádku – dávání věcí na své místo<br>Běžný úklid domácnosti (vytření podlah, úklid koupelny, WC, setření prachu...)<br>Udržení vnitřního pořádku ve skříních a v kuchyni<br>Zajištění a použití úklidových prostředků a jiného vybavení domácnosti<br>Péče o květiny – zalévání, přesazování | Mít možnost, s event. fyzickou podporou ukládat věci na místo podle vlastního uvážení, nebo projevit vůli, jak mají být uloženy<br><br>Mít možnost rozhodovat o tom, jak a kdy bude provedena údržba a úklid vlastní domácnosti<br><br>Mít možnost rozhodovat o způsobu stlaní lůžka, o době převlékání lůžkovin, o výběru lůžkovin |
|                                                                                                                                 |                  |                                                  | Péče o lůžko                                         | Stlaní<br>Převlékání lůžkovin                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                                                                                                 |                  | Péče o oblečení, boty                            | Péče o prádlo, oblečení a boty                       | Praní prádla<br>Přepírání drobného prádla<br>Sušení prádla<br>Žehlení prádla<br>Uložení prádla<br>Drobné opravy prádla<br>Čištění bot                                                                                                                                                                                                                                        | Mít možnost, s event. fyzickou podporou, pečovat o oblečení, obuv<br><br>Mít možnost rozhodovat o péči o oblečení a obuv                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                 |                  | Udržování tepelného komfortu, obsluha spotřebičů | Udržení tepelné pohody a zajištění vody v domácnosti | Větrání<br>Zajištění vody a topení, včetně zajištění topiva<br>Obsluha karmy, radiátorů, či jiných spotřebičů pro zajištění tepla a teplé vody                                                                                                                                                                                                                               | Mít možnost ovlivňovat tepelnou pohodu ve vlastním prostoru, rozhodovat o ní                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                 |                  |                                                  | Obsluha domácích spotřebičů                          | Obsluha pračky, trouby, lednice, mikrovlnné trouby atd.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Možnost využít podporu při nácviu obsluhy domácích spotřebičů<br><br>Možnost využít pomůcek, které usnadní samostatnou obsluhu domácích spotřebičů (např. jednoduché, grafické návody, vyznačení na spotřebičích, atd.)                                                                                                             |
|                                                                                                                                 |                  | Nakládání s odpady                               | Nakládání s odpady                                   | Třídění odpadu (v případě zájmu)<br>Odnášení odpadu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

| Výsledná kompetence                                                       | Oblast potřeb                                 | Téma                 | Potřeba uživatele                                                             | Co daná potřeba např. zahrnuje                                                                                                                                                                                                                                              | Vysvětlivky                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Osoba je v kontaktu se společenským prostředím podle svých potřeb a přání | Zajištění kontaktu se společenským prostředím | Společenské kontakty | Navazování a udržování přátelských, sousedských a jiných společenských vztahů | <p>Uskutečnění kontaktu s rodinou nebo blízkými</p> <p>Uskutečnění kontaktu s přáteli, sousedy, spolupracovníky, kolegy</p> <p>Znalost společenských norem</p> <p>Navazování a udržení partnerských vztahů</p>                                                              | <p>Mít k dispozici podporu potřebnou k uskutečnění kontaktu s rodinou (např. možnost nadiktovat dopis, získat znalost navazování kontaktu přes Skype), s blízkými lidmi</p> <p>Mít informace o možnostech a způsobech seznamování, podporu/informace při hledání partnera a udržení partnerského vztahu</p> <p>Mít podporu při navazování sousedských vztahů/kolegiálních vztahů v zaměstnání – mít informace o tom, co je ve společnosti obvyklé, jaká pravidla platí v kontaktech mezi lidmi v práci, v sousedství, ve společnosti, mezi partnery</p> |
|                                                                           |                                               | Orientace            | Orientace v čase, v místě, v osobách                                          | <p>Orientace v čase (během dne, v týdnu, ročním období)</p> <p>Orientace ve vlastní domácnosti (nalezení WC, kuchyně apod.)</p> <p>Orientace mimo domov (ulice, zahrada, obchod apod.)</p> <p>Orientace v osobách (poznávání blízkých, pracovníků služby, lékařů apod.)</p> | <p>Mít možnost využít odborné podpory (fyzické, slovní) při event. oslabení orientace</p> <p>Mít k dispozici nabídku pomůcek/informací, které orientaci usnadní</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                                           |                                               | Komunikace           | Schopnost srozumitelně se vyjádřit                                            | <p>Dostatečná slovní zásoba pro vyjádření vlastních potřeb a navázání kontaktu</p> <p>Schopnost alternativní komunikace, kterou lze vyjádřit potřeby a navázat kontakt</p>                                                                                                  | <p>Mít podporu při rozvíjení schopnosti komunikovat, – rozšiřovat slovní zásobu, vyjadřovat se způsobem, který je úměrný věku a ve společnosti obvyklý</p> <p>Mít podporu při nácviku a rozvíjení optimální formy alternativní komunikace</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

| Výsledná kompetence                                                                                        | Oblast potřeb | Téma                               | Potřeba uživatele                                                                 | Co daná potřeba např. zahrnuje                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Vysvětlivky                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                            |               | Využívání běžných veřejných služeb | Využívání veřejných služeb a zapojování do sociálních aktivit odpovídajících věku | Návštěva a orientace v obchodě (výběr a zaplacení zboží)<br>Využívání pošty<br>Využívání banky<br>Navštěvování obecního úřadu, či jiných institucí<br>Navštěvování klubů, např. důchodců, knihovny<br>Návštěva čistírny, opravny, servisu atd.<br>Návštěva sportovišť, bazénu, hřiště<br>Návštěva restaurace, kina, divadla | Mít možnost s event. fyzickou podporou dál využívat veřejné služby, mít informace o těchto službách a jejich možném využití<br>Mít informace o dalších subjektech, které mohou zprostředkovat návštěvu sociálních aktivit (poradenství – kontakty na dobrovolnické a jiné subjekty)                                      |
| Osoba se realizuje v práci/ ve smysluplné činnosti<br><br>Osoba tráví volný čas podle svých přání a potřeb | Seberealizace | Vzdělávání                         | Získání znalostí a dovedností                                                     | Navštěvování školského nebo jiného vzdělávacího zařízení, univerzity třetího věku<br>Zvládání učiva                                                                                                                                                                                                                         | Mít podporu při osvojování bezpečné cesty do vzdělávacího zařízení nebo doprovod<br>Mít podporu při zvládání učiva, nebo informace o možnostech podpory z jiných zdrojů (např. dobrovolník)<br>Mít informace o možnostech vzdělávání, vzdělávacích institucích, subjektech nabízejících poradenství v oblasti vzdělávání |
|                                                                                                            |               | Pracovní uplatnění                 | Příprava na zaměstnání                                                            | Volba a příprava na pracovní uplatnění<br>Uplatňování práva na pomoc úřadu práce při hledání zaměstnání<br>Získání návyků souvisejících s pracovním uplatněním                                                                                                                                                              | Mít přístup k informacím (poradenství, internet) o možnostech pracovního uplatnění osoby nebo dobrovolnické činnosti                                                                                                                                                                                                     |
|                                                                                                            |               |                                    | Pracovní a jiné uplatnění                                                         | Pokračování pracovní činnosti<br>Doprovod do zaměstnání                                                                                                                                                                                                                                                                     | Mít informace o subjektech, které pomohou osobě s volbou pracovního uplatnění<br>Mít možnost využít pomůcek/poradenství/event. fyzické podpory při pokračování v pracovní činnosti                                                                                                                                       |

| Výsledná kompetence                                 | Oblast potřeb                           | Téma                      | Potřeba uživatele                             | Co daná potřeba např. zahrnuje                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Vysvětlivky                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                     |                                         | <b>Oblíbené činnosti</b>  | <b>Oblíbené činnosti</b>                      | Plánování volného času<br>Znalost možností naplnění volného času<br>Sport<br>Klubové aktivity<br>Rekreační/regenerace<br>Čtení<br>Poslech hudby a mluveného slova<br>Sledování TV, videa, DVD<br>Používání internetu<br>Ruční práce, výtvarné činnosti<br>Uspokojení duchovních potřeb – návštěva kostela, farního společenství<br>Sportovní aktivity<br>Jiné oblíbené činnosti – např. péče o zvíře, sběratelství | Mít informace/podporu při hledání možností, jak trávit volný čas<br><br>Mít podporu při docházení do míst, kde je možné trávit volný čas<br><br>Mít informace o tom, kde je možné si získat/vypůjčit/knihy, videokazety, CD, atd.<br><br>Mít informace o tom, jak oblíbené činnosti vykonávat, mít podporu při nácviku těchto činností                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>Osoba ví, jak pečovat o své zdraví a bezpečí</i> | <b>Péče o zdraví a bezpečí (rizika)</b> | <b>Zdravotní prevence</b> | <b>Znalost opatření pro zajištění bezpečí</b> | Přivolání pomoci<br>Prevence pádu a zdravotních rizik spojených s onemocněním<br>Rozpoznání zhoršujícího se zdravotního stavu (např. ataky duševní nemoci)<br>Pomůcky, které zvýší bezpečí/omezí rizika pádu, nebo rizika spojená s onemocněním                                                                                                                                                                    | Mít k dispozici bezpečnou pomůcku, např. mobilní telefon/mít informace o způsobu, jak přivolat pomoc<br><br>Mít dostatek informací o tom, jak omezit rizika pádu a zranění, mít dostatek informací o rizicích vyplývajících z onemocnění a o způsobech, jak jim předcházet/jak je minimalizovat<br><br>Mít podporu při hledání a využívání kompenzačních a jiných pomůcek<br><br>Mít podporu při rozpoznávání signálů, které avizují zhoršení zdrav. stavu, mít podporu při hledání preventivních opatření, nebo opatření, která je třeba při zhoršení zdrav. stavu učinit |

| Výsledná kompetence                                                | Oblast potřeb                                               | Téma                                                            | Potřeba uživatele                                                                                    | Co daná potřeba např. zahrnuje                                                                                                                                                                                                                                 | Vysvětlivky                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                    |                                                             | Zdraví                                                          | Provedení jednoduchého ošetření                                                                      | Použití leukoplasti, obvazu, pružného obinadla, dezinfekce atd.<br>Zásobování lékárníčky prostředky k základnímu ošetření                                                                                                                                      | Mít informace o postupech drobného ošetření<br><br>Mít podporu/informace o tom, co je třeba k drobnému ošetření                                                                                      |
|                                                                    |                                                             |                                                                 | Návštěva lékaře a dodržování léčebného režimu                                                        | Návštěva lékaře<br>Zajištění potřebných léků<br>Užívání léků v lékařem stanovené době<br>Rehabilitace – např. dodržení doporučení fyzioterapeuta včetně pravidelného cvičení<br>Pití tekutin v dostatečném množství<br>Dodržování diety                        | Mít možnost rozhodnout se, zda k užívání léků potřebuje osoba asistenci, dohled<br><br>Mít dostatek informací k rozhodnutí o návštěvě lékaře/dodržování léčebného režimu                             |
|                                                                    |                                                             | Zdravá výživa                                                   | Znalost zásad zdravé výživy                                                                          | Znalost potravin, které prospívají/škodí<br>Znalost optimálního množství určitého jídla                                                                                                                                                                        | Mít dostatek informací (poradenství) o zdravé výživě, vhodné dietní stravě                                                                                                                           |
|                                                                    |                                                             |                                                                 |                                                                                                      | Znalost potravin vhodných pro dietu předepsanou lékařem                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                      |
|                                                                    |                                                             | Podpora pečujících včetně nácviku zvládnutí péče o své blízké * | Orientace v situaci a možnostech řešení sloučení péče o blízkého s vlastními povinnostmi a potřebami | Orientace v situace<br>Informace o možnostech řešení situace, zdrojích pomoci a možnosti jejich využití<br>Poradenství o úpravě prostředí, volbě vhodných pomůcek a postupů k zajištění péče a jejímu usnadnění                                                | Mít dostatek informací pro zajištění péče o blízkého                                                                                                                                                 |
|                                                                    |                                                             |                                                                 | Psychosociální podpora                                                                               | Podpora psychické stability neformálně pečujícího<br>Prevence syndromu vyhoření<br>Podpora při zvládnutí obtížných situací při péči                                                                                                                            | Mít podporu při vyrovnání se s nároky péče                                                                                                                                                           |
|                                                                    |                                                             |                                                                 | Nácvik dovedností potřebných pro poskytnutí kvalitní péče pečujícími osobami                         | Nácvik vhodné péče s ohledem na zajištění bezpečí a snížení zátěže pro neformálně pečujícího<br>Poskytnutí informací o dostupných zdrojích např. návody, instruktážní videa, kurzy pro neformálně pečující                                                     | Mít podporu při nastavení způsobu a péči o svého blízkého                                                                                                                                            |
| Osoba ví, jak uplatňovat svá práva, jak předcházet riziku zneužití | Uplatňování práv a oprávněných zájmů a obstarávání osobních | Finanční a majetková oblast                                     | Hospodaření s finančními prostředky                                                                  | Rozvržení příjmu tak, aby byly pokryty všechny platby<br>Provádění úhrad spojených s bydlením<br>Provádění úhrady daně z nemovitosti<br>Provádění úhrady poplatků za telefon<br>Provádění úhrady zdravotního a sociálního pojištění<br>Provádění úhrady – jiné | Mít informace o tom, kdo by mohl osobě pomoci s hospodařením s finančními prostředky, mít nabídku základního poradenství, mít informace o speciálních službách v hospodaření s finančními prostředky |

| Výsledná kompetence | Oblast potřeb      | Téma                            | Potřeba uživatele                              | Co daná potřeba např. zahrnuje                                                                                                                                                           | Vysvětlivky                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------|--------------------|---------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     | <b>záležitostí</b> |                                 | <b>Řešení dluhů, exekuce</b>                   | Jednání s věřiteli<br>Přijetí opatření k minimalizaci rizik plynoucích z dluhů (ztráta majetku, bytu apod.)<br>Jednání s orgánem, který nařídil exekuci                                  | Mít podporu při odpovědném řešení dluhů, hledání optimálního rozvržení finančních prostředků tak, aby dluhy mohly být uhrazeny<br><br>Mít informace o speciálních službách, které se dluhovou problematikou zabývají         |
|                     |                    |                                 | <b>Uzavírání smluv</b>                         | Uzavření smlouvy o nájmu<br>Uzavření kupní smlouvy (jiné než běžný nákup v obchodě)                                                                                                      | Mít informace/podporu při uzavírání smluv<br><br>Mít informace/kontakty na subjekty zabývající se touto oblastí (notář, advokátní kancelář, občanská poradna)                                                                |
|                     |                    |                                 | <b>Nakládání s majetkem</b>                    | Převedení majetku<br>Pronájem nemovitosti (bytu, nebo jeho části, domu, zahrady, chalupy atd.)<br>Darování majetku                                                                       | Mít k informace/kontakty na subjekty v oblasti správy majetku, mít podporu v rozhodování o svém majetku                                                                                                                      |
|                     |                    |                                 | <b>Využití sociálních dávek a jiných výhod</b> | Uplatnění nároku na nárokové dávky + výhody, např. průkaz ZTP, příspěvek na péči<br>Požádání o nenárokové dávky<br>Uplatnění práva na hmotné zabezpečení ve stáří, v invaliditě (důchod) | Mít možnost využít nabídky základního poradenství, mít informace o jednotlivých dávkách a výhodách, o podmínkách přiznání<br><br>Mít podporu při vypracování žádostí o dávky a výhody, při jednání s příslušnými institucemi |
|                     |                    | <b>Základní doklady</b>         | <b>Platné osobní doklady</b>                   | Zajištění platných dokladů (např. občanský průkaz, pas, rodný list, průkaz zdravotní pojišťovny)                                                                                         | Mít podporu, dojde-li ke ztrátě, či vyprší-li platnost dokumentů                                                                                                                                                             |
|                     |                    | <b>Účast na veřejném životě</b> | <b>Uplatňování politických práv</b>            | Účast na zasedání zastupitelstva<br>Uplatnění práva volit<br>Uplatnění petičního práva<br>Uplatňování práva být členem politické strany                                                  | Mít k dispozici informace o možnostech realizace politických práv<br><br>Mít psychickou podporu při rozhodování, zda realizovat svá politická práva                                                                          |

| Výsledná kompetence                                                      | Oblast potřeb                   | Téma         | Potřeba uživatele                         | Co daná potřeba např. zahrnuje                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Vysvětlivky                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                          |                                 | Ochrana práv | Ochrana před zneužíváním                  | <p>Ochrana práv v oblasti sousedských/občanských vztahů</p> <p>Uplatňování pomoci ombudsmana (proti rozhodnutí orgánu veřejné správy)</p> <p>Znalost kontaktů na pomáhající subjekty v případě zneužití, nebo ohrožení zneužitím</p> <p>Znalost kontaktů na pomáhající subjekty v případě domácího násilí, nebo ohrožení domácím násilím</p> | <p>Mít možnost využít informace, event. podporu, při ochraně svých práv, mít informace o subjektech, které pomáhají práva hájit, mít podporu při návštěvě institucí hájících práva, event. při jednání s nimi</p> <p>Mít informace o možné formě a rizicích zneužívání a způsobu, jak se mu bránit</p> <p>Mít informace o subjektech, které se ochranou před zneužíváním zabývají</p> <p>Mít informace/kontakty na subjekty, které se zabývají pomocí v případě domácího násilí</p> |
| Osoba zajišťuje péči o děti odpovídající jejich věku a zdravotnímu stavu | Podpora rodičovských kompetencí | Péče o děti  | Zajištění plnění školních povinností dětí | <p>Docházka do školy</p> <p>Příprava do školy</p> <p>Kontakt se školou</p> <p>Využití navazujících služeb</p> <p>Schopnost vyhodnotit potřebu zvýšené přípravy na vyučování a podmínky pro vzdělávání</p>                                                                                                                                    | <p>Mít možnost využít informace/podporu při kontaktu se školou, kterou dítě navštěvuje</p> <p>Mít informace o možnosti využít návazných služeb, o kontaktech na ně, mít podporu (doprovod) při jejich návštěvě (např. pedagogicko-psych. poradna, SVP, SPC, logoped, Raná péče, SAS pro rodiny s dětmi, atd.)</p> <p>Mít možnost využít službu jako doprovod dítěte do školy, k lékaři atd.</p>                                                                                     |
|                                                                          |                                 |              | Zajištění péče o dítě v domácím prostředí | Zajištění odpovídající stravy                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <p>Mít fyzickou podporu při péči o dítě/děti v domácím prostředí</p> <p>Mít informace/kontakty na poradenské subjekty, návazné/speciální služby (např. Raná péče)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                          |                                 |              |                                           | <p>Osobní hygiena</p> <p>Péče o malé dítě</p> <p>Zajištění smysluplného trávení</p>                                                                                                                                                                                                                                                          | <p>Mít informace o možnostech trávení volného času dětí, kontakty na organizace, které se</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

| Výsledná kompetence | Oblast potřeb | Téma | Potřeba uživatele                                                                                                                  | Co daná potřeba např. zahrnuje                                                                                                                                                                                                                                                       | Vysvětlivky                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------|---------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     |               |      |                                                                                                                                    | volného času dětí                                                                                                                                                                                                                                                                    | aktivitami pro děti zabývají                                                                                                                                                                                                          |
|                     |               |      | <b>Udržování uspokojivého zdravotního stavu dítěte a předcházení rizikům spojeným s onemocněním, nebo zdravotním znevýhodněním</b> | Registrace u lékaře, návštěva ordinace<br>Absolvování lékařských vyšetření<br>Identifikace příznaků onemocnění<br>Užívání léků<br>Dodržování diety<br>Schopnost předcházení infekčním onemocněním<br>Využití kompenzačních pomůcek (hole, berle, protézy, brýle, naslouchadla apod.) | Mít možnost využít informace/kontakty na subjekty, které poskytují odborné poradenství v oblasti péče o zdraví dítěte, v oblasti speciálních pomůcek/mít podporu při návštěvě lékaře s dítětem, při návštěvě dalších odborných služeb |

\* Pozn.: Modrá označení upozorňuje na skutečnost, že základní sociální poradenství v daném tématu je pečovatelskou službou podporováno na základě rozhodnutí samotné služby v souladu s §37 odst. 5) Základní sociální poradenství poskytované sociálními službami podle § 39, 40, 44 a 46 může být poskytováno také pečujícími osobám v rozsahu činností poskytujících podporu pečujícím a činností, které spočívají v nácviku dovedností pečujících osob pro zvládnutí péče o osoby závislé na jejich pomoci. Tyto činnosti jsou pro účely financování sociálních služeb považovány za základní činnost.