 Zpracovatel: QQT, s.r.o. Nositel projektu: Karlovarský kraj.

 Publikace vznikla jako výstup z realizace veřejné zakázky v rámci projektu

 „V Karlovarském kraji plánujeme sociální služby společně“, která byla

 financována z prostředků ESF a státního rozpočtu České republiky.

**§ 45 - Centra denních služeb**

* Centra denních služeb jsou určena pro osoby, které potřebují pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby v průběhu dne.
* Centra denních služeb jsou zaměřena na udržování a posilování návyků a nácviků dovedností zvyšujících soběstačnost, a dovednosti, potřebné pro samostatný život a začlenění do běžného života s využitím běžně veřejně dostupných služeb. Umožňují osobám, které jsou závislé na pomoci jiné fyzické osoby žít v přirozeném rytmu týdne složeném z pracovních a volných dní. Centra denních služeb nabízejí podporu minimálně v rozsahu potřeb běžného života dle karty služby. Poskytovatelé sociálních služeb zjišťují potřeby osob v rozsahu karty služby, poskytují poradenství a odpovídající péči doplňující přirozené zdroje a veřejné služby v rozsahu odpovídajícím zjištěným potřebám.
* Služby mají provozní dobu v rozsahu poptávky, zpravidla od 7 do 17 hodin. Dle potřeb pečujících osob mohou být poskytovány krátkodobě na přechodnou dobu.

| ***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** | **Běžná denní hygiena**  | Mytí během dne (rukou, obličeje atd.) |  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 |
| Vysmrkání se  |
| Použití intimspreje |
| **Péče o ústa** | Péče o zubní náhrady – očištění |
| Nasazení náhrady |
| Oholení se |
| **Česání a mytí vlasů**  | Česání  |
| Mytí vlasů a další péče o vlasy (balzám atd.) |
| Úprava vlasů (vyfoukání, natočení, nalakování vlasů apod.) |
| **Péče o nehty** | Ostříhání si nehtů na rukou |
| Nalakování nehtů |
| Ostříhání nehtů na nohou |
| **Péče o oči** | Umývání očí |
| Nasazení brýlí |
| Čištění brýlí |
| Aplikace kontaktních čoček a péče o ně |
| **Péče o uši**  | Čištění uší |
| Nasazení naslouchadla |
| Čištění naslouchadla |
| Výměna baterií v naslouchadle |
| **Mytí a koupání**  | **Mytí těla a koupání**  | Mytí celého těla |
| Sprchování  |
| Koupání  |
| Ošetření pokožky, včetně nohou, po koupeli nebo sprše |
| **Výkon fyziologické potřeby** | **Výkon fyziologické potřeby** | Použití WC |
| Použití toaletního křesla |
| Výměna inkontinenčních pomůcek |
| Vypuštění sběrného sáčku na moč |
| Výměna menstruačních vložek |
| *Osoba pečuje o sebe dle svých potřeb a zvyklostí* | **Zvládání****běžných úkonů péče o vlastní osobu** | **Péče o vlastní osobu**  | **Oblékání, svlékání**  | Volba vhodného oblečení a doplňků (počasí, příležitost a vhodné vrstvení) | 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 |
| Oblékání a svlékání jednotlivých částí oblečení, popř. s využitím vhodných pomůcek |
| **Obouvání, zouvání** | Volba vhodné obuvi s ohledem na počasí, příležitost a celkový vzhled |
| Nazouvání a zouvání obuvi, popř. s využitím vhodných pomůcek |
| **Celková úprava vzhledu** | Líčení/odlíčení  |
| Úprava vzhledu (např. před odchodem ven, před zrcadlem) |
| **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**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 | Mít informace o pomůckách/ postupech, které usnadňují pohyb, změnu polohy na lůžku, vstávání z lůžkaMít podporu při změně pohybu |
| Posazení na lůžku  |
| Manipulace s dekou a polštářem |
| Podání věcí ze stolku (pití, kniha, kapesník atd.) |
| Manipulování s polohovatelným lůžkem |
| **Vstávání a uléhání na lůžko** | Vstání z lůžka  |
| Ulehnutí na lůžko  |
| Přesun na vozík a na lůžko |
| **Stání a sezení** | Stoupnutí |
| 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  | Mít kontrolu nad svými předměty denní potřeby, být respektován v rozhodnutí, jak se s nimi má manipulovat |
| Manipulace se závěsy, žaluziemi, roletami apod. |
| **Pohyb ve vlastním prostoru služby** | **Pohyb ve vlastním prostoru služby** | Bezpečný pohyb po místnosti, v prostorách služby, ve výtahu | Mít informace o pomůckách, které usnadňují manipulaci se zámky, otvírání dveří |
| Otevření a zamčení dveří pokoje, WC  |
| **Pohyb mimo prostor služby** | **Chůze** | Chůze po rovině | Mít informace o pomůckách, které usnadní pohybBýt informován o rizicích pádu při pohybu mimo prostor služby |
| Chůze po schodech |
| **Pohyb mimo prostor služby** | Pohyb po domě a vyjití z domu |
| Pohyb mimo dům |
| *Osoba se stravuje podle svých zvyklostí a potřeb, má zajištěnou stravu* | **Zajištění stravování** | **Příprava a příjem stravy** | **Příprava stravy** | Příprava teplých a studených nápojů | Mít informace o tom, jaké pomůcky mohou usnadnit konzumaci jídla, pitíMít informace o tom, jak jídlo upravit, aby je osoba mohla dobře konzumovatMít možnost využít odborné/fyzické podpory při přípravě stravyMít možnost nácviku přípravy stravy, event. vhodných pomůcek usnadňujících přípravu stravy |
| Příprava/vaření jídla |
| Ohřívání stravy |
| Sledování doby spotřeby potravin |
| Podání jídla na talíř (servírování) |
| **Přijímání stravy** | Najedení |
| Napití |
| Porcování stravy |
| **Zajištění potravin**  | Posouzení, jaké potraviny je potřeba nakoupit |
| *Osoba je v kontaktu se společenským prostředím podle svých potřeb a přání* | **Zajištění kontaktu se společenským prostředím** | **Společenské kontakty** | **Navazování a udržování rodinných, přátelských, sousedských a jiných vztahů**  | Uskutečnění kontaktu s rodinou nebo blízkými | Mít k dispozici podporu potřebnou k uskutečnění kontaktu s rodinou (např. možnost nadiktovat dopis, získat znalost navazování kontaktu přes Skype, sociální sítě) s blízkými lidmiMít informace o možnostech a způsobech seznamování, podporu/informace při hledání partnera a udržení partnerského vztahuMít podporu při navazování sousedským vztahů Mít informace o tom, co je ve společnosti obvyklé, jaká pravidla platí v kontaktech mezi lidmi v práci, v sousedství, ve společnosti, mezi partnery |
| Uskutečnění kontaktu s přáteli, sousedy |
| Znalost společenských norem |
| Navazování/udržování partnerských a sexuálních vztahů |
| **Orientace**  | **Orientace v místě, čase, osobách** | Orientace v čase (během dne, v týdnu, ročním období) | Mít možnost využít odbornou podporu (fyzickou, slovní) při event. oslabení orientaceMít k dispozici nabídku pomůcek/informací, které orientaci usnadní |
| Orientace v prostorách služby (nalezení WC, kuchyně apod.) |
| Orientace mimo prostory služby (ulice, zahrada, obchod apod.) |
| Orientace v novém místě, dojetí nebo dojítí na dříve nenavštívené místo |
| Orientace v osobách |
| **Využívání běžných veřejných služeb** | **Využívání veřejných služeb a zapojování do sociálních aktivit odpovídajících věku** | Návštěva a orientace v obchodě (výběr a zaplacení zboží)Využívání pošty Využívání bankyNavštěvování úřadu, či jiných institucíNavštěvování klubů, např. důchodců, knihovnyNávštěva čistírny, opravny, servisu atd.Návštěva sportovišť, bazénu, hřištěNávštěva restaurace, kina, divadla | Mít možnost s event. fyzickou podporou dál využívat veřejné služby, mít informace o těchto službách a jejich možném využitíMít 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**Osoba tráví volný čas podle svých přání a potřeb* | **Seberealizace** | **Vzdělávání** | **Získání znalostí a dovedností**  | Navštěvování školských a jiných vzdělávacích zařízení, vzdělávacích a osvětových aktivit, univerzity třetího věku | Mít informace o možnostech vzdělávání, vzdělávacích institucích, subjektech nabízejících poradenství v oblasti vzdělávání |
| **Pracovní uplatnění** | **Příprava na zaměstnání** | Volba pracovní uplatnění a příprava na něj | Mít přístup k informacím (poradenství, internet) o možnostech pracovního uplatnění osoby, nebo dobrovolnické činnostiMít informace o subjektech, které pomohou osobě s volbou pracovního uplatnění |
| Hledání pracovního uplatnění, dobrovolnická činnost |
| Uplatňování práva na pomoc úřadu práce při hledání zaměstnání |
| **Pracovní a jiné uplatnění** | Podpora při pracovní činnosti | Mít možnost využít pomůcek/ poradenství/event. fyzické podpory při pokračování v pracovní činnosti |
| Nácvik používání pomůcek |
| **Oblíbené činnosti** | **Oblíbené činnosti**  | Plánování volného časuZnalost možností naplnění volného časuČteníPoslech hudby a mluveného slovaSledování TV, videa, DVDPoužívání internetuRuční práce, výtvarné činnostiUspokojení duchovních potřeb – návštěva kostela, farního společenstvíSportovní aktivityJiné oblíbené činnosti – např. péče o zvíře  | Mít informace/podporu při hledání možností, jak trávit volný časMít informace o tom, kde je možné získat/vypůjčit si knihy, videokazety, CD, atd.Mít informace o tom, jak oblíbené činnosti vykonávat, mít podporu při nácviku těchto činností |
| *Osoba ví, jak pečovat o své zdraví a bezpečí* | **Péče o zdraví a bezpečí (rizika)** | **Zajištění bezpečí**  | **Opatření pro zajištění bezpečí**  | Přivolání pomoci  | Mítk dispozici bezpečnou pomůcku, např. mobilní telefon/mít informace o způsobu, jak přivolat pomocMít 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 minimalizovatMít podporu při hledání a využívání kompenzačních a jiných pomůcekMít 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 |
| Prevence pádu a jiného zranění  |
| Prevence zdravotních rizik spojených s onemocněním  |
| Pomůcky, které zvýší bezpečí/omezí rizika pádu, nebo rizika spojená s onemocněním |
| Poskytnutí informací, podpory a pomoci pro zajištění zdraví a bezpečí |
| **Zdraví** | **Provedení jednoduchého ošetření** | Použití leukoplasti, obvazu, pružného obinadla, dezinfekce atd.  | Mít informace o postupech drobného ošetření |
| **Návštěva lékaře a dodržování léčebného režimu**  | Doporučení návštěvy lékaře | Mít možnost rozhodnout se, zda k užívání léků potřebuje osoba asistenci, dohledMít dostatek informací k rozhodnutí o návštěvě lékaře/dodržování léčebného režimu |
| Dohled nad dodržováním léčebného a dietního režimu |
| **Zdravá výživa** | **Znalost zásad zdravé výživy** | Znalost potravin, které prospívají/škodí  | Mít dostatek informací (poradenství) o zdravé výživě |
| Poskytování informací o optimálním množství určitého jídla |
| Podpora při dodržování zásad zdravé výživy |
| *Osoba ví, jak uplatňovat svá práva, jak předcházet riziku zneužití* | **Uplatňování práv a oprávněných zájmů a obstarávání osobních záležitostí** | **Finanční a majetková oblast** | **Hospodaření s finančními prostředky**  | Rozvržení příjmu tak, aby byly pokryty všechny platby | Mít informace/podporu 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 |
| Provádění úhrad spojených s bydlením a službami |
| Provádění úhrady – jiné |
| **Nakládání s majetkem** | Převedení majetku | Mít k dispozici informace/kontakty na subjekty a podporu v rozhodování v oblasti správy majetku, mít podporu v rozhodování o svém majetku |
| Pronájem nemovitosti (bytu, nebo jeho části, domu, zahrady, chalupy atd.) |
| Darování majetku |
| **Znalost a využití sociálních dávek a jiných výhod**  | Uplatnění nároku na dávky a jiné výhody, např. průkaz ZTP, příspěvek na péči  | Mít možnost využít nabídky základního poradenství, mít informace o jednotlivých dávkách a výhodách, o podmínkách přiznáníMít podporu při vypracování žádostí o dávky a výhody |
| Uplatňování práva na pomoc úřadu práce při hledání zaměstnání |
| Uplatnění práva na hmotné zabezpečení ve stáří, v invaliditě (důchod) |
| **Základní doklady** | **Obstarání osobních a jiných dokladů** | Zajištění platných dokladů (např. občanský průkaz, pas, rodný list, průkaz zdravotní pojišťovny) | Mít informace o postupu při ztrátě či ukončení platnosti osobních dokumentů nebo provedení záznamů z měn v nichMít podporu při jednání na úřadech |
| **Účast na veřejném životě** | **Uplatňování občanských a politických práv** | Orientace v oblasti občanských a politických práv | Mít k dispozici informace o možnostech realizace občanských a politických právMít podporu při realizaci práv |
| Účast na zasedání zastupitelstva |
| Uplatnění práva volit |
| Uplatnění petičního práva |
| **Ochrana práv** | **Ochrana před zneužíváním a trestnou činností jinou osobou** | Ochrana práv v oblasti sousedských/občanských vztahů  | 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 nimiMít informace o možné formě a rizicích zneužívání a způsobu, jak se bránitMít informace o subjektech, které se ochranou před zneužíváním zabývajíMít informace o svých právech a povinnostech i důsledcích protiprávního jednáníZprostředkování navázaných služeb, např. odborné sociální poradenství nebo právních služeb |
| Uplatňování pomoci ombudsmana (proti rozhodnutí orgánu veřejné správy) |
| Znalost kontaktů na pomáhající subjekty v případě zneužití, nebo ohrožení zneužitím |
| Znalost kontaktů na pomáhající subjekty v případě domácího násilí, nebo ohrožení domácím násilím |
| **Ochrana práv a oprávněných zájmů** | Pomoc při přehodnocení svéprávnosti |
| Ochrana práv klienta před zneužitím opatrovníkem |
| Návrh na změnu opatrovníka |
| **Znalost a rozpoznání důsledků protiprávního jednání** | Znalost důsledků užívání návykových látek |
| Znalost důsledků trestné činnosti |