



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Ústecký kraj

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.

§ 39 - Osobní asistence

- Osobní asistence se zaměřuje na širokou cílovou skupinu, tj. na osoby se zdravotním postižením (fyzickým, psychickým či mentálním) a na seniory omezené v soběstačnosti z důvodu věku, chronického onemocnění, zdravotního stavu.
- Osobní asistence nabízí podporu v míře potřeb běžného života a zjišťuje potřeby osob minimálně v rozsahu karty služby.
- Služba poskytuje základní sociální poradenství a odpovídající péči doplňující přirozené zdroje a veřejné služby v rozsahu, který vyplynul ze zjišťování potřeb.
- Osobní asistence je poskytována dle potřeb uživatelů včetně víkendů a svátků.
- Spolupracuje s dalšími odbornými službami a institucemi, včetně sociálního pracovníka na obci.
- Má navázanou spolupráci se zdravotnickými službami, a službami krizového či tísňového volání v případě nenadálé události.
- Podporuje život v přirozeném prostředí a využívání běžně dostupných veřejných služeb, včetně udržení běžných vazeb v komunitě.
- Doplňuje péči neformálních pečujících osob a podporuje je při pochopení potřeb uživatele, pomáhá se zajištěním technických podmínek pro péči v přirozeném prostředí.
- Péče je poskytována formou slovní anebo fyzické podpory s ohledem na potřeby klienta.

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	Ranní hygiena	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 zvládnout
				Mytí během dne (rukou, obličeje atd.)	
				Večerní hygiena	
				Vysmrkání se	
				Použití intim spreje	
			Péče o ústa	Vyčištění zubů	
				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	Umytí očí	
				Nasazení brýlí	
				Čištění brýlí	
				Aplikace kontaktních čoček a péče o ně	
			Péče o uši	Čištění uší	
				Nasazení naslouchadla	
				Čištění naslouchadla	
				Dopomoc při výměně baterií v naslouchadle	
		Péče o tělo	Mytí těla a koupání	Mytí celého těla	
				Sprchování	
				Koupání	
				Ošetření pokožky, včetně nohou,	
		Výkon fyziologické potřeby	Výkon fyziologické potřeby	Použití WC	
				Použití toaletního křesla	
				Výměna inkontinenčních pomůcek	
				Péče o stomii, katetr	
Osoba pečuje o sebe dle svých potřeb a zvyklostí	Zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu	Oblékání	Oblékání, svlékání	Volba vhodného oblečení a doplňků (počasí, příležitost a vhodné vrstvení)	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
				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	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
				vhodných pomůcek	
			Celková úprava vzhledu	Líčení/odlíčení	
				Úprava vzhledu (např. při odchodu ven, před zrcadlem)	
				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 Osoba kontroluje prostor kolem sebe, je v optimální poloze s ohledem na své potřeby a zdravotní stav	Samostatný pohyb	Změna polohy	Změny polohy na lůžku	Posazení na lůžku	Mít k dispozici pomůcky/informace/fyzickou podporu pro bezpečnou a komfortní změnu polohy Být respektován v rozhodování o způsobu podpory Mít podporu při vyhledání a používání pomůcek
				Změna polohy těla na lůžku	
				Manipulování s polohovatelným lůžkem	
				Manipulace s dekou a polštářem	
				Podání věcí ze stolku (pití, kniha, kapesník apod.)	
			Vstávání a uléhání na lůžko, usedání na vozík	Vstání z lůžka	
				Ulehnutí na lůžko	
				Přesun na vozík a na lůžko, manipulace s vozíkem	
			Stání a sezení	Stoupnutí si	
				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	Pohyb ve vlastní domácnosti	Bezpečný pohyb po místnosti, v domácnosti	Mít k dispozici pomůcky/informace/fyzickou podporu pro bezpečný pohyb ve vlastním prostoru, pro přizpůsobení vlastního prostoru svým potřebám
				Otevření a zamčení dveří bytu nebo domu, domovní zvonek	
				Zvládání bariér, klik, koberců, prahů, rohů	
		Pohyb mimo domácnost	Chůze	Chůze po rovině	Mít k dispozici pomůcky/informace/fyzickou podporu pro bezpečný pohyb mimo domov
				Chůze po schodech	
			Pohyb mimo vlastní domácnost	Pohyb po domě a vyjití z domu	
				Pohyb mimo dům	
				Znalost cesty	
				Zvládání rizikových míst (přechody apod.)	
				Použití a obsluha výtahu	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
Osoba se stravuje podle svých zvyklostí a potřeb, má zajištěnou stravu	Zajištění stravování	Zajištění potravin	Nákup potravin	Posouzení, jaké potraviny je potřeba nakoupit	Mít k dispozici informace/slovní nebo, fyzickou podporu při nákupu, uschování potravin a sledování data jejich spotřeby
				Uchování potravin	
				Sledování data spotřeby	
			Zajištění dodavatele stravy	Volba optimálního dodavatele stravy	Mít k dispozici informace důležité pro výběr optimálního dodavatele stravy, nebo veřejného stravování
				Volba optimálního veřejného stravování – restaurace, jídelny	
		Příprava a příjem stravy	Příprava stravy	Příprava studených a teplých nápojů	Mít informace/fyzickou/slovní podporu při přípravě jídel, nápojů
				Příprava/vaření jídla	
				Ohřívání stravy	
				Podání jídla na talíř (servírování) Příprava speciální tekuté stravy	
			Přijímání stravy	Napití	Mít podporu – možnost najíst se/napít se způsobem podle vlastního výběru Mít vždy jídlo připravené tak, aby nebylo obtížné ho sníst Mít k dispozici pomůcky pro usnadnění najedení/napití speciální pomůckou (např. zvýšený okraj talíře, speciální hrneček, odlehčený příbor atd.)
				Najedení	
				Porcování stravy Podávání stravy PEGem, nosní sondou atd.	
Osoba pečuje o svou domácnost podle svých potřeb a zvyklostí/má zajištěnou péči o svou domácnost podle svých potřeb a zvyklostí	Péče o domácnost	Domácnost	Úklid a údržba domácnosti, technická péče o domácnost	Umytí nádobí	Mít podporu při péči o domácnost/být respektován ve svých rozhodnutích, jakým způsobem bude domácnost a společné prostory udržovány Mít informace o obsluze spotřebičů, mít podporu při jejich obsluze, být respektován při volbě tepelné pohody v bytě
				Uložení věcí	
				Úklid lednice a mrazničky	
				Běžné udržení pořádku – ukládání věcí na své místo	
				Běžný úklid domácnosti (setření prachu, vytření podlah, úklid koupelny, WC)	
				Udržení vnitřního pořádku ve skříních a v kuchyni	
				Rozpoznání, jaké čisticí prostředky či vybavení je třeba do domácnosti koupit a schopnost tyto prostředky použít	
				Péče o květiny – zalévání, přesazování	
				Větrání	
				Topení včetně zajištění topiva	
				Obsluha karmy, radiátorů, či jiných spotřebičů pro zajištění tepla a teplé vody	
				Třídění odpadu – v případě zájmu	
				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	Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím		Úklid a údržba společných prostor	Mytí společných prostor, např. chodby, výtahu	Mít podporu při péči o oblečení a obutí/ být respektován ve svých rozhodnutích, jakým způsobem budou ošaceni či obuv udržovány Mít podporu při péči o lůžko/být respektován v rozhodnutí, jak pečovat o lůžko
			Obsluha domácích spotřebičů	Obsluha pračky, trouby, lednice, mikrovlnné trouby atd.	
			Péče o oblečení a boty	Praní prádla	
				Přepírání drobného prádla	
				Sušení prádla	
				Žehlení prádla	
				Uložení prádla	
				Drobné opravy prádla	
				Čištění bot	
			Péče o lůžko	Stlaní	
				Převlékání lůžkovin	
		Orientace	Orientace v místě, čase, osobách	Orientace v čase (během dne, v týdnu, ročním období)	Mít možnost využít odbornou podporu při oslabení/ztrátě orientace Mít k dispozici nabídku pomůcek/informací, které orientaci usnadní Mít podporu při snížené orientaci v osobách
				Orientace ve vlastní domácnosti (nalezení WC, kuchyně apod.)	
				Orientace mimo domov (ulice, zahrada, obchod apod.)	
				Orientace v osobách (poznávání blízkých, pracovníků služby, lékařů apod.)	
		Společenské kontakty	Navazování a udržování přátelských, sousedských, sexuálních a jiných vztahů	Kontakt s rodinou nebo blízkými	Mít možnost využít podporu potřebnou k navázání a udržování společenských kontaktů se znalostí a s respektem k danému omezení
				Navazování/udržování partnerských vztahů	
				Kontakt s přáteli, sousedy, spolupracovníky, kolegy	
		Komunikace	Schopnost srozumitelně se vyjádřit	Dostatečná slovní zásoba pro vyjádření vlastních potřeb a navázání kontaktu	Mít podporu při rozvíjení schopnosti komunikovat – rozšiřovat slovní zásobu, vyjadřovat se způsobem, který je úměrný věku a ve společnosti obvyklý Mít podporu při nácviku a rozvíjení optimální formy alternativní komunikace
				Schopnost alternativní komunikace, kterou lze vyjádřit potřeby a navázat kontakt	
		Využívání běžných veřejných služeb	Využívání běžných veřejných služeb	Doprovod do školského nebo jiného vzdělávacího zařízení	Mít možnost využít fyzickou podporu při návštěvě vzdělávacího zařízení Mít možnost s event. fyzickou podporou dál využívat veřejné služby
				Využívání pošty	
				Využívání banky	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky		
				Navštěvování obecního úřadu, úřadu práce	Mít informace o těchto službách a jejich možném využití Mít informace o dalších subjektech, které mohou zprostředkovat návštěvu sociálních aktivit (poradenství – kontakty na dobrovolnické a jiné subjekty)		
				Navštěvování klubů, např. zájmových, knihovny			
				Návštěva čistírny, opravny, servisu atd.			
				Návštěva restaurace, kina, divadla			
				Nakupování v obchodech (orientace, výběr a zaplacení zboží)			
				Využití kadeřnictví, pedikúry, manikúry			
<i>Osoba se realizuje v práci/ve smysluplné činnosti</i> <i>Osoba tráví volný čas podle svých přání a potřeb</i>	Seberealizace	Vzdělávání	Získání znalostí a dovedností	Podpora při zvládání nároků vzdělávání, asistence	Mít možnost využít podporu při organizaci studia, plánování splnění studijních povinností		
		Pracovní uplatnění	Příprava na zaměstnání	Volba pracovního uplatnění a příprava na něj	Hledání pracovního uplatnění, dobrovolnická činnost	Mít informace o možnostech pracovního uplatnění, subjektech zaměřených na pomoc při volbě povolání Mít informace/podporu při přípravě na pracovní uplatnění (možnost návštěvy cvičného pracoviště, možnost informativní návštěvy možného pracoviště, podpora v nalezení motivace k práci) Mít možnost využít informace/podpory při hledání pracovního uplatnění, podpory při zajištění podmínek pro podnikání, např. živnostenský list Mít možnost využít informace o možné dobrovolnické činnosti/využít podpory při výkonu dobrovolnické činnosti	
			Zaměstnání		Uplatňování práva na pomoc úřadu práce při hledání zaměstnání	Mít možnost využít informace/podporu při návštěvě úřadu práce, nebo při jednání na úřadu práce Mít informace/fyzickou podporu při docházení/dojíždění do zaměstnání (např. nácvik dojíždění, informace o optimálních spojích)	
					Docházka do zaměstnání		

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
		Oblíbené činnosti	Oblíbené činnosti	Znalost možností a umění naplánovat oblíbené činnosti Čtení Poslech hudby a mluveného slova Sledování TV, videa, DVD Používání internetu Ruční práce, výtvarné činnosti Uspokojení duchovních potřeb – návštěva kostela, farního společenství Sportovní aktivity Jiné oblíbené činnosti – např. péče o zvíře, sběratelství	Mít informace/mít fyzickou podporu při realizaci oblíbených činností Mít podporu při rozhodování, jak příjemně strávit čas Mít informace o možnostech sportovního využití, o možnosti návštěv klubů, společenských akcí
Osoba ví, jak pečovat o své zdraví a bezpečí	Péče o zdraví a bezpečí (rizika)	Zajištění bezpečí	Opatření pro zajištění bezpečí	Přivolání pomoci	Mít k dispozici pomůcku např. mobilní telefon/mít informace o způsobu, jak přivolat pomoc Mít dostatek informací o tom, jak omezit rizika pádu a zranění Mít podporu při hledání a využívání kompenzačních a jiných pomůcek Mít podporu při rozpoznávání signálů, které avizují zhoršení zdravotního stavu, mít podporu při hledání preventivních opatření, nebo opatření, která je třeba při zhoršení zdravotního stavu učinit
				Prevence pádu a zdravotních rizik spojených s onemocněním	
				Využívání pomůcek, které zvýší bezpečí/omezí rizika pádu, nebo rizika spojená s onemocněním	
		Zdraví	Provedení jednoduchého ošetření v rámci první pomoci	Použití leukoplastu, obvazu, pružného obinadla, dezinfekce atd. Zásobování lékárníčky prostředky k základnímu ošetření	Mít informace o postupech drobného ošetření Mít podporu/informace o tom, co je třeba k drobnému ošetření Mít dostatek informací k rozhodnutí o návštěvě lékaře/dodržování léčebného režimu
			Dodržování léčebného režimu	Zajištění potřebných léků	
				Dopomoc při užívání léků v lékařem stanovené době	
				Dohled při dodržení doporučení fyzioterapeuta, včetně podpurného cvičení	
				Pití tekutin v dostatečném množství	
				Dohled nad dodržováním diety	
				Absolvování lékařských vyšetření	
				Prevence zdravotních rizik	
				Využití kompenzačních pomůcek (hole, berle, protézy, brýle, naslouchadla, apod.)	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
		Zdravá výživa	Znalost zásad zdravé výživy	Znalost potravin, které prospívají/ škodí Znalost optimálního množství určitého jídla	Mít dostatek informací (poradenství) o zdravé výživě
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 možnost využít informace/podporu při rozvržení příjmu a provádění úhrad (např. podpory při vytváření přehledu plateb a termínů splatnosti)
				Provádění úhrad spojených s bydlením	
				Provádění úhrady daně z nemovitosti	
				Provádění úhrady poplatků za telefon	
				Provádění úhrady zdravotního a sociálního pojištění	
				Provádění úhrady – jiné	
			Řešení dluhů a exekucí	Jednání s věřiteli	Mít podporu při odpovědném řešení dluhů, hledání optimálního rozvržení finančních prostředků tak, aby dluhy mohly být uhrazeny Mít informace o speciálních službách, které se dluhovou problematikou zabývají
				Přijetí opatření k minimalizaci rizik plynoucích z dluhů (ztráta majetku, bytu apod.)	
				Jednání s orgánem, který nařídil exekuci	
			Uzavírání smluv	Uzavření smlouvy o nájmu	Mít informace/podporu při uzavírání smluv Mít informace/kontakty na subjekty zabývající se touto oblastí (notář, advokátní kancelář, občanská poradna)
				Uzavření kupní smlouvy (jiné než běžný nákup v obchodě)	
			Nakládání s majetkem	Převedení majetku	Mít možnost využít informace o subjektech zabývajících se poradenstvím, realizací převodů, pronájmů nemovitostí Mít podporu při návštěvě, event. jednání s těmito subjekty Mít možnost využít informace o podmínkách nároku na sociální dávky a výhody, o podmínkách nároku na důchod Mít možnost využít podpory při návštěvě přísl. institucí, event. při jednáních s nimi
				Pronájem nemovitosti (bytu, nebo jeho části, domu, zahrady, chalupy atd.)	
				Darování majetku	
				Požádání o dávky, důchody, výhody	
				Uplatnění práva na hmotné zabezpečení ve stáří, v invaliditě (důchod)	
		Základní doklady	Platné osobní a ostatní doklady	Zajištění platných dokladů (např. občanský průkaz, pas, rodný list, průkaz zdravotní pojišťovny)	Mít informace/mít podporu při vyřizování osobních dokladů, mít doprovod na přísl. instituce

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
		Účast na veřejném životě	Uplatňování občanských a politických práv	Účast na zasedání zastupitelstva	Mít možnost využít informace, event. podporu, při uplatnění politických práv, mít podporu při návštěvě přísl. míst, nebo při vypracování písemných podání
				Uplatnění práva volit	
				Uplatnění petičního práva	
				Uplatňování práva být členem politické strany	
		Ochrana práv	Ochrana před zneužíváním	Ochrana práv v oblasti sousedských, či občanských vztahů	Mít možnost využít informace, event. podpory při ochraně svých práv, mít informace o subjektech, které pomáhají práva hájit, mít podporu při návštěvě institucí hájících práva, event. při jednání s nimi Mít informace o možné formě a rizicích zneužívání a způsobu, jak se mu bránit Mít informace o subjektech, které se ochranou před zneužíváním zabývají Mít informace/kontakty na subjekty, které se zabývají pomocí v případě domácího násilí
				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	
Osoba zajišťuje péči o děti odpovídající věku a zdravotnímu stavu	Podpora rodičovských kompetencí	Péče o děti	Zabezpečení plnění povinností dětí spojených se vzděláváním	Docházka do vzdělávacích zařízení	Mít možnost využít informace/podpory při kontaktu se školou, kterou dítě navštěvuje Mít možnost využít informace/podpory při plnění rodičovských povinností spojených s docházkou dítěte do školy Mít informace o možnosti využít návazných služeb, o kontaktech na ně, mít podporu při jejich návštěvě, event. jednání s nimi (např. pedagogicko-psychologická poradna, SVP, SPC, logoped) Mít informace o možných způsobech podpory učení dětí (doučování) a o tom, kdo je zajišťuje
				Příprava do školy	
				Kontakt se vzdělávacím zařízením	
				Využití navazujících služeb	
			Zajištění péče o dítě v domácím prostředí	Zajištění odpovídající stravy	Mít podporu při péči o dítě/děti v domácím prostředí, mít informace /kontakty na poradenské subjekty, návazné/speciální služby (např. raná péče)
				Osobní hygiena dítěte	
				Péče o malé dítě	
				Zajištění smysluplného trávení volného času dětí	

<i>Výsledná kompetence</i>	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
					Mít možnost využít informace o možnostech trávení volného času pro děti
	Specifická potřeba služby	Úkony spojené s ukončením poskytování služby		Administrativní úkony spojené s ukončením poskytování služby	