



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

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.

§ 40 - Pečovatelská služba

- Pečovatelská služba je základní terénní sociální službou.
- Pečovatelská služba se zaměřuje na širokou cílovou skupinu - osoby omezené v soběstačnosti z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního stavu, osobám s fyzickým, psychickým či mentálním postižením bez věkového omezení a rodinám s dětmi, jejich situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby. Pečovatelská služba nabízí podporu minimálně v rozsahu potřeb běžného života dle karty služby. Poskytovatelé pečovatelské služby zjišťují potřeby osob v rozsahu karty služby, poskytují poradenství a odpovídající péči doplňující přirozené zdroje a veřejné služby v rozsahu, který vyplynul ze zjišťování potřeb.
- Pečovatelská služba je poskytována dle potřeb uživatelů včetně víkendu a svátku. Má navázanu spolupráci se zdravotnickými službami (zejména home care, domácí hospicová péče) a službami krizového či tísňového volání v případě nenadálé události.
- Podporuje život v přirozeném prostředí, využívání běžně dostupných veřejných služeb, včetně udržení běžných vazeb v komunitě. Doplňuje péči rodiny a podporuje ji při pochopení potřeb uživatele a nastavení péče včetně zvládnutí jednotlivých úkonů péče (zprostředkuje nácvik péče, pomáhá se zajištěním technických podmínek pro péči v rodinném prostředí).

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	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
				Mytí během dne (rukou, obličeje atd.)	
				Večerní hygiena	
				Vysmrkání se	
				Použití intimspreje	
			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	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	Poskytnutí podmínek pro osobní hygienu	
				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 o sebe pečuje podle svých potřeb a zvyklostí	Zvládání běžných úkonů péče o	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
				Oblékání a svlékání jednotlivých částí oblečení, popř. s využitím vhodných pomůcek	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky		
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	vlastní osobu		Obouvání, zouvání	Volba vhodné obuvi s ohledem na počasí, příležitost a celkový vzhled	celkové úpravě vzhledu, být respektován při volbě svého vzhledu		
				Nazouvání a zouvání obuvi, popř. s využitím vhodných pomůcek			
			Celková úprava vzhledu	Úprava vzhledu (např. před odchodem ven, před zrcadlem)			
				Líčení/odlíčení			
				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				
	Samostatný pohyb		Změna polohy	Změna polohy na lůžku		Změna polohy těla na lůžku	Mít informace o pomůckách/ postupech, které usnadňují pohyb, či změnu polohy na lůžku, vstávání z lůžka
						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		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, manipulace s klíči a domovním zvonkem		Mít informace o pomůckách, které usnadňují manipulaci se zámky, otvírání dveří		
Pohyb mimo	Chůze	Chůze po rovině	Mít informace o pomůckách, které usnadní pohyb mimo domov, event.				
		Chůze po schodech					

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	domácnost	Pohyb mimo vlastní domácnost	Pohyb po domě a vyjití z domu	o možných stavebních úpravách
				Pohyb mimo dům	Být informován o rizicích pádu při pohybu mimo domov
		Příprava a příjem stravy	Příprava stravy	Příprava teplých nápojů	Mít informace o tom, jaké pomůcky mohou usnadnit konzumaci jídla, pití
				Příprava/vaření jídla	Mít informace o tom, jak jídlo upravit, aby je osoba mohla dobře konzumovat
				Ohřívání stravy	
				Podání jídla na talíř (servírování)	Mít možnost využít odborné/fyzické podpory při přípravě stravy
			Přijímání stravy	Napití	
				Najedení	Mít možnost nácvičku přípravy stravy, event. vhodné pomůcky usnadňující přípravu stravy
				Porcování stravy	
			Zajištění potravin	Posouzení, jaké potraviny je potřeba nakoupit	
			Zajištění stravy	Dovoz stravy	
		Údržování domácnosti	Úklid a údržba domácnosti	Umytí nádobí	Mít možnost, s event. fyzickou podporou ukládat věci na místo podle vlastního uvážení, nebo projevit vůli, jak mají být uloženy
				Uložení potravin	
				Úklid lednice a mrazničky	Mít možnost rozhodovat o tom, jak a kdy bude provedena údržba a úklid vlastní domácnosti
				Běžné udržení pořádku – dávání věcí na své místo	
				Běžný úklid domácnosti (vytření podlah, úklid koupelny, WC, setření prachu...)	Mít možnost rozhodovat o způsobu stlání lůžka, o době převlékání lůžkovin, o výběru lůžkovin
				Udržení vnitřního pořádku ve skříních a v kuchyni	
				Zajištění a použití úklidových prostředků a jiného vybavení domácnosti	Mít možnost, s event. fyzickou podporou, pečovat o oblečení, obuv
				Péče o květiny – zalévání, přesazování	
			Péče o lůžko	Stlání	Mít možnost rozhodovat o péči o oblečení a obuv
				Prevlékání lůžkovin	
		Péče o oblečení, boty	Péče o prádlo, oblečení a boty	Praní prádla	Mít možnost ovlivňovat tepelnou pohodu ve vlastním prostoru, rozhodovat o ní
				Přepírání drobného prádla	
				Sušení prádla	Mít možnost rozhodovat o péči o oblečení a obuv
				Žehlení prádla	
				Uložení prádla	
				Drobné opravy prádla	
Osoba pečuje o svou domácnost podle svých potřeb a zvyklostí/má zajištěnou péči o svou domácnost podle svých potřeb a zvyklostí	Péče o domácnost	Údržování tepelného	Udržení tepelné pohody a zajištění vody v domácnosti	Čištění bot	Mít možnost, s event. fyzickou podporou, pečovat o oblečení, obuv
				Větrání	
				Zajištění vody a topení, včetně zajištění topiva	Mít možnost ovlivňovat tepelnou pohodu ve vlastním prostoru, rozhodovat o ní
				Obsluha karmy, radiátorů, či jiných spotřebičů pro zajištění	
		Údržování tepelného	Udržení tepelné pohody a zajištění vody v domácnosti		Mít možnost ovlivňovat tepelnou pohodu ve vlastním prostoru, rozhodovat o ní

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	komfortu, obsluha spotřebičů		tepla a teplé vody	
			Obsluha domácích spotřebičů	Obsluha pračky, trouby, lednice, mikrovlnné trouby atd.	Možnost využít podporu při nácviku obsluhy domácích spotřebičů 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)	
				Odnášení odpadu	
		Společenské kontakty	Navazování a udržování přátelských, sousedských a jiných společenských 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), s blízkými lidmi
				Uskutečnění kontaktu s přáteli, sousedy, spolupracovníky, kolegy	
				Znalost společenských norem	Mít informace o možnostech a způsobech seznamování, podporu/informace při hledání partnera a udržení partnerského vztahu
				Navazování a udržení partnerských vztahů	
		Orientace	Orientace v čase, v místě, v osobách	Orientace v čase (během dne, v týdnu, ročním období)	Mít možnost využít odborné podpory (fyzické, slovní) při event. oslabení orientace
				Orientace ve vlastní domácnosti (nalezení WC, kuchyně apod.)	
				Orientace mimo domov (ulice, zahrada, obchod apod.)	Mít k dispozici nabídku pomůcek/informací, které orientaci usnadní
				Orientace v osobách (poznávání blízkých, pracovníků služby, lékařů apod.)	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
		Komunikace	Schopnost srozumitelně se vyjádřit	Dostatečná slovní zásoba pro vyjádření vlastních potřeb a navázání kontaktu Schopnost alternativní komunikace, kterou lze vyjádřit potřeby a navázat kontakt	Mít podporu při rozvíjení schopnosti komunikovat, – rozšiřovat slovní zásobu, vyjadřovat se způsobem, který je úměrný věku a ve společnosti obvyklý Mít podporu při nácviu a rozvíjení optimální formy alternativní komunikace
		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 banky Navštěvování obecního úřadu, či jiných institucí Navštěvování klubů, např. důchodců, knihovny Návštěva čistírny, opravny, servisu atd. Návštěva sportovišť, bazénu, hřiště Návštěva restaurace, kina, divadla	Mít možnost s event. fyzickou podporou dál využívat veřejné služby, 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)
<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	Navštěvování školského nebo jiného vzdělávacího zařízení, univerzity třetího věku	Mít podporu při osvojování bezpečné cesty do vzdělávacího zařízení, nebo doprovod Mít podporu při zvládání učiva, nebo informace o možnostech podpory z jiných zdrojů (např. dobrovolník) Mít informace o možnostech vzdělávání, vzdělávacích institucích, subjektech nabízejících poradenství v oblasti vzdělávání
				Zvládání učiva	
		Pracovní uplatnění	Příprava na zaměstnání	Volba a příprava na pracovní uplatnění	Mít přístup k informacím (poradenství, internet) o možnostech pracovního uplatnění osoby, nebo dobrovolnické činnosti
				Uplatňování práva na pomoc úřadu práce při hledání zaměstnání	
				Získání návyků souvisejících s pracovním uplatněním	
		Pracovní uplatnění	Pracovní a jiné uplatnění	Pokračování pracovní činnosti	Mít informace o subjektech, které pomohou osobě s volbou pracovního uplatnění
				Doprovod do zaměstnání	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
					Mít možnost využít pomůcek/poradenství/event. fyzické podpory při pokračování v pracovní činnosti
		Oblíbené činnosti	Oblíbené činnosti	Plánování volného času Znalost možností naplnění volného času Sport Klubové aktivity Rekreace/regenerace 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/podporu při hledání možností, jak trávit volný čas Mít podporu při docházení do míst, kde je možné trávit volný čas Mít informace o tom, kde je možné si získat/vypůjčit/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)	Zdravotní prevence	Znalost opatření pro zajištění bezpečí	Přivolání pomoci	Mít k dispozici bezpečnou pomůcku, např. mobilní telefon/mít informace o způsobu, jak přivolat pomoc
				Prevence pádu a zdravotních rizik spojených s onemocněním	
				Rozpoznání zhoršujícího se zdravotního stavu (např. ataky duševní nemoci)	
				Pomůcky, které zvýší bezpečí/omezí rizika pádu, nebo rizika spojená s onemocněním	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 Mít podporu při hledání a využívání kompenzačních a jiných pomůcek Mít podporu při rozpoznávání signálů, které avizují zhoršení zdrav. stavu, mít podporu při hledání preventivních opatření, nebo opatření, která je třeba při

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
		Zdraví	Provedení jednoduchého ošetření	Použití leukoplasti, obvazu, pružného obinadla, dezinfekce atd.	zhoršení zdrav. stavu učinit
				Zásobování lékárníčky prostředky k základnímu ošetření	Mít informace o postupech drobného ošetření
			Návštěva lékaře a dodržování léčebného režimu	Návštěva lékaře	Mít podporu/informace o tom, co je třeba k drobnému ošetření
				Zajištění potřebných léků	
				Užívání léků v lékařem stanovené době	
				Rehabilitace – např. dodržení doporučení fyzioterapeuta včetně pravidelného cvičení	Mít dostatek informací k rozhodnutí o návštěvě lékaře/dodržování léčebného režimu
				Pití tekutin v dostatečném množství	
				Dodržování diety	
		Zdravá výživa	Znalost zásad zdravé výživy	Znalost potravin, které prospívají/škodí	Mít dostatek informací (poradenství) o zdravé výživě, vhodné dietní stravě
				Znalost optimálního množství určitého jídla	
				Znalost potravin vhodných pro dietu předepsanou lékařem	
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 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	
				Provádění úhrady daně z nemovitosti	
				Provádění úhrady poplatků za telefon	
				Provádění úhrady zdravotního a sociálního pojištění	
				Provádění úhrady – jiné	
			Řešení dluhů, exekuce	Jednání s věřiteli	Mít podporu při odpovědném řešení dluhů, hledání optimálního rozvržení finančních prostředků tak, aby dluhy mohly být uhrazeny
				Přijetí opatření k minimalizaci rizik plynoucích z dluhů (ztráta majetku, bytu apod.)	
			Uzavírání smluv	Jednání s orgánem, který nařídil exekuci	Mít informace o speciálních službách, které se dluhovou problematikou zabývají
				Uzavření smlouvy o nájmu	Mít informace/podporu při uzavírání smluv
			Nakládání	Uzavření kupní smlouvy (jiné než běžný nákup v obchodě)	Mít informace/kontakty na subjekty zabývající se touto oblastí (notář, advokátní kancelář, občanská poradna)
				Převedení majetku	Mít k informace/kontakty na

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
			s majetkem	Pronájem nemovitosti (bytu, nebo jeho části, domu, zahrady, chalupy atd.) Darování majetku	subjekty v oblasti správy majetku, mít podporu v rozhodování o svém majetku
			Využití sociálních dávek a jiných výhod	Uplatnění nároku na nárokové dávky + výhody, např. průkaz ZTP, příspěvek na péči Požádání o nenárokové dávky	Mít možnost využít nabídky základního poradenství, mít informace o jednotlivých dávkách a výhodách, o podmínkách přiznání
				Uplatnění práva na hmotné zabezpečení ve stáří, v invaliditě (důchod)	Mít podporu při vypracování žádosti o dávky a výhody, při jednání s příslušnými institucemi
		Základní doklady	Platné osobní doklady	Zajištění platných dokladů (např. občanský průkaz, pas, rodný list, průkaz zdravotní pojišťovny)	Mít podporu, dojde-li ke ztrátě, či vyprší-li platnost dokumentů
		Účast na veřejném životě	Uplatňování politických práv	Účast na zasedání zastupitelstva Uplatnění práva volit Uplatnění petičního práva	Mít k dispozici informace o možnostech realizace politických práv
				Uplatňování práva být členem politické strany	Mít psychickou podporu při rozhodování, zda realizovat svá politická práva
		Ochrana práv	Ochrana před zneužíváním	Ochrana práv v oblasti sousedských/občanských vztahů Uplatňování pomoci ombudsmana (proti rozhodnutí orgánu veřejné správy) Znalost kontaktů na pomáhající subjekty v případě zneužití, nebo ohrožení zneužitím	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
				Znalost kontaktů na pomáhající subjekty v případě domácího násilí, nebo ohrožení domácím násilím	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
Osoba	Podpora	Péče o děti	Zajištění plnění	Docházka do školy	Mít možnost využít

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
zajišťuje péči o děti odpovídající jejich věku a zdravotnímu stavu	rodičovských kompetencí		školních povinností dětí	Příprava do školy	informace/podporu při kontaktu se školou, kterou dítě navštěvuje
				Kontakt se školou	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.)
				Využití navazujících služeb	
				Doučování	
			Zajištění péče o dítě v domácím prostředí	Zajištění odpovídající stravy	Mít fyzickou podporu při péči o dítě/děti v domácím prostředí
				Osobní hygiena	
				Péče o malé dítě	
				Zajištění smysluplného trávení volného času dětí	Mít informace/kontakty na poradenské subjekty, návazné/speciální služby (např. Raná péče)
			Udržování uspokojivého zdravotního stavu dítěte a předcházení rizikům spojeným s onemocněním, nebo zdravotním znevýhodněním	Registrace u lékaře, návštěva ordinace	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
				Absolvování lékařských vyšetření Identifikace příznaků onemocnění Užívání léků Dodržování diety Schopnost předcházení infekčním onemocněním Využití kompenzačních pomůcek (hole, berle, protézy, brýle, naslouchadla apod.)	