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.

§ 43 - Podpora samostatného bydlení

- Služba podporuje osoby v rozvoji a využití vlastních schopností a dovedností a vede je k samostatnosti a soběstačnosti.
- Služba nabízí podporu a zjišťuje potřeby osob, poskytuje základní sociální poradenství a odpovídající péči doplňující přirozené zdroje a veřejné služby v rozsahu, který vyplynul ze zjišťování potřeb.
- Služba je poskytována v časovém rozsahu dle potřeb uživatelů.
- Služba spolupracuje s dalšími odbornými službami a institucemi např. s poskytovateli chráněného bydlení, včetně sociálního pracovníka na obci. Podporuje život v přirozeném prostředí, má zmapované dostupné bydlení, využívání běžně dostupných veřejných služeb a usiluje o podporu budování a udržení běžných vazeb v komunitě.
- Doplňuje péči neformálních pečujících osob a podporuje je při pochopení potřeb uživatele a pomáhá se zajištěním technických podmínek pro život v přirozeném prostředí.

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
Osoba pečuje o svou hygienu	**Osobní hygiena**	**Osobní hygiena**	**Běžná hygiena**	Schopnost provést všechny úkony osobní hygieny a péče o tělo	Upevnit hygienické návyky
Osoba o sebe pečuje	**Zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu**	**Péče o vlastní osobu**	**Oblékání, obouvání**	Volba vhodného oblečení, obuvi a doplňků (počasí, příležitost a vhodné vrstvení)	Mít k dispozici nabídku/informace, jak je vhodné se obléci pro určitou příležitost, mít podporu při rozhodování, zda a jak se nalíčit, co si nakoupit Být respektován ve volbě svého stylu oblékání a celkové úpravě
			Celková úprava vzhledu	Líčení, použití parfému apod.	
				Společensky akceptovatelný vzhled	
			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 pravidelně stravuje, má zajištěnou stravu	**Zajištění stravování**	**Zajištění potravin**	**Plán a nákupu surovin**	Posouzení, jaké potraviny je potřeba nakoupit	Mít k dispozici informace/slovní, nebo fyzickou podporu při nákupu, uchování potravin a sledování data jejich spotřeby
				Uchování potravin	
				Sledování data spotřeby	
			Zajištění dodavatele stravy	Využití veřejného stravování, objednání dovážky jídla do bytu	Mít k dispozici informace důležité pro výběr optimálního dodavatele stravy, nebo podniku veřejného stravování, restaurace
		Příprava stravy	**Nápoje**	Příprava teplých nápojů	Mít k dispozici informace/podporu při přípravě jídla, nápojů, při nácviku samostatného vaření Mít podporu při výběru potravin z hlediska zdravé výživy, pestrosti jídelníčku, hospodárnosti a účelnosti nákupu potravin
			Strava	Příprava a vaření jídla	
				Ohřívání stravy	
Osoba pečuje o svou domácnost, společné prostory a okolí domu	**Péče o domácnost**	**Příprava a zařízení bytu**	**Příprava bytu na nastěhování**	Úklid bytu před nastěhováním	Mít podporu při přípravě bytu na nastěhování – úklid prostor, instalace pevných doplňků (např. madla)
				Úpravy bytu před nastěhováním	Mít podporu při úpravě bytu, kontakty na subjekty, které případné úpravy zajišťují, mít podporu při jednání s nimi
			Vybavení bytu	Nákup nábytku, doplňků, spotřebičů	Mít podporu při výběru a nákupu vybavení domácnosti
		Úklid a údržba domácnosti, společných prostor a okolí domu	**Úklid a údržba domácnosti**	Umytí nádobí	Mít informace, event. podporu, při péči o domácnost, být podporován v údržbě a péči o domácnost tak, jak je to obvyklé
				Uložení věcí	
				Úklid lednice a mrazničky	
				Běžné udržení pořádku – dávání věcí na své místo	
				Setření prachu	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
				Údržba podlahových ploch	Mít informace/podporu při rozhodování, jak zajistit péči o domácnost vzhledem k vlastním finančním prostředkům Být respektován ve svých rozhodnutích, jakým způsobem bude domácnost zařízena, udržována
				Uklizení koupelny a záchodu	
				Udržení vnitřního pořádku ve skříních a skříňkách v kuchyni	
				Rozpoznání, jaké čisticí prostředky či vybavení je třeba do domácnosti koupit, a schopnost tyto prostředky použít	
				Péče o květiny – zalévání, přesazování	
				Drobné opravy v domácnosti	
				Stlaní	
				Převlékání lůžkovin	
				Velký úklid domácnosti	
			Úklid a údržba společných prostor a okolí domu	Mytí společných prostor např. chodby, výtahu	
				Úklid prostor v domě a okolí domu	
		Péče o oblečení, obuv	**Péče o prádlo, oblečení a obuv**	Třídění a praní prádla	Mít k dispozici informace/podporu při péči o oblečení, obuv Být respektován ve svém rozhodnutí Mít informace o službách, které péči o prádlo a oblečení mohou zajistit, a podporu při výběru služby
				Přepírání drobného prádla	
				Sušení prádla	
				Žehlení prádla	
				Uložení prádla	
				Drobné opravy prádla	
				Čištění obuvi	
		Udržování tepelného komfortu, obsluha spotřebičů, technické záležitosti	**Udržení tepelné pohody v bytě nebo domě**	Větrání	Mít informace o možnostech získání topiva Mít možnost ovlivňovat tepelnou pohodu ve vlastním prostoru, rozhodovat o ní
				Topení, včetně zajištění topiva	
				Obsluha karmy, radiátorů či jiných spotřebičů pro zajištění tepla a teplé vody	
			Obsluha domácích spotřebičů a elektroniky	Obsluha pračky, sporáku, trouby, lednice, mikrovlnné trouby atd.	Mít informace a podporu při nácviku obsluhy domácích spotřebičů a elektroniky Mít možnost využít pomůcek, které usnadní samostatnou obsluhu domácích spotřebičů (např. jednoduché, či grafické návody, vyznačení na spotřebičích atd.)
				Obsluha televize, mobilu, PC, tabletu atd.	
			Ovládání dveří, zvonku	Otevření a zamčení dveří bytu nebo domu, domovní zvonek (otevření vchodových dveří pomocí dveřního zvonku)	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
			Zabezpečení záležitostí spojených s bydlením	Pojištění	Mít informace/podporu při vyřizování technických záležitostí spojených s bydlením
				Revize	
				Odečet elektřiny, vody, plynu	
				Přihlášení, odhlášení elektřiny, vody, plynu	
				Změna dodavatele energie	
		Nakládání s odpady	**Nakládání s odpady**	Třídění odpadu v případě zájmu	Mít informace/podporu při správném nakládání s odpady
				Odnášení odpadu	
				Přihlášení/odhlášení placení komunálního odpadu	
Osoba je v kontaktu se společenským prostředím	**Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím**	**Orientace**	**Orientace v čase, místě, osobách**	Orientace v čase (během dne, v týdnu, ročním období)	Mít informace/podporu (doprovod) při nácviku pohybu mimo domov – mít podporu při hledání bezpečných tras, identifikaci rizikových míst, mít nabídku pomůcek pro usnadnění orientace Mít informace/podporu při strukturování času, činností během dne, v týdnu, mít podporu v udržení naplánované struktury
				Strukturování dne, týdne	
				Orientace mimo domov (ulice, zahrada, obchod, úřad, pracoviště apod.)	
				Orientace v osobách a případně v jejich kompetencích	
		Komunikace	**Schopnost srozumitelně se dorozumět**	Dostatečná slovní zásoba pro vyjádření vlastních potřeb, dovednost k navázání kontaktu odpovídajícího věku, situaci atd.	Mít podporu při rozvíjení schopnosti komunikovat – rozšiřovat slovní zásobu, vyjadřovat se způsobem, který je úměrný věku a ve společnosti je obvyklý Mít podporu při nácviku a rozvíjení, optimální formy alternativní komunikace
				Schopnost alternativní komunikace, kterou lze vyjádřit potřeby a navázat kontakt	
		Společenské kontakty	**Navazování a udržování partnerských, rodinných, 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	Mít informace o možnostech a způsobech seznamování, podporu/informace při hledání partnera a udržení partnerského vztahu Mít podporu při navazování sousedským 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
				Navazování/udržování partnerských a sexuálních vztahů	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
			Předcházení konfliktům a jejich řešení	Předcházení konfliktu	
				Umění řešit konflikt	
		Využívání běžných veřejných služeb	**Využívání veřejných služeb**	Návštěva a orientace v obchodě	Mít informace o spektru veřejných služeb (zejména v místě), o jejich možném využití Mít podporu/doprovod do těchto služeb, podporu při jejich využívání Mít informace o tom, jak probíhá jednání na úřadě Mít podporu při nácviku dovedností nutných k jednání s úřady, mít podporu při jednání s nimi
				Výběr a zaplacení zboží	
				Využívání pošty	
				Využívání banky	
				Jednání na úřadech, úřadu práce	
			Zapojování do aktivit odpovídajících věku/zájmu/ potřebám	Navštěvování veřejné knihovny	
				Využívání čistírny, opravny, servisu atd.	
				Návštěva sportovišť, bazénu, hřiště	
				Návštěva restaurace, kina, divadla	
				Jiné služby	
Osoba se realizuje v práci/ ve smysluplné činnosti *Osoba tráví volný čas podle svých přání a potřeb*	**Seberealizace**	**Vzdělávání**	**Získání a udržení znalostí a dovedností**	Návštěva školského nebo jiného vzdělávacího zařízení	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)
				Udržování a rozvíjení získaných znalostí a dovedností	
		Pracovní a jiné uplatnění	**Příprava na zaměstnání**	Volba pracovního uplatnění	Mít podporu při vlastním rozhodování o nejvhodnějším uplatnění, svých zájmech a přednostech, které lze využít v zaměstnání Mít informace o kontaktech na další služby (poradenské), které se zabývají podporou při výběru a nabídkou zaměstnání Mít podporu při tréninku dovedností/návyků, které je nutné si osvojit před nástupem do zaměstnání
				Získání návyků souvisejících s pracovním uplatněním	
			Vykonávání zaměstnání	Hledání pracovního uplatnění	Mít informace o zdrojích, které lze využít při hledání práce Mít podporu/doprovod při osobní návštěvě event. zaměstnavatele Mít podporu při cestě do zaměstnání, nebo při tréninku samostatného docházení do zaměstnání Mít nezbytnou podporu při získávání návyků souvisejících s udržením zaměstnání
				Doprovod do zaměstnání	
				Podpora na pracovišti po dobu nezbytně nutnou pro udržení zaměstnání	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
		Oblíbené činnosti	**Plánování a trávení volného času**	Plánování volného času	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
				Znalost možností	
			Vykonávání oblíbených činností	Sport Klubové aktivity Rekreace/regenerace Čtení Poslech hudby a mluveného slova Sledování TV, videa, DVD, počítačových her Ruční práce Jiné oblíbené činnosti – např. péče o zvíře	
Osoba ví, jak pečovat o své zdraví a bezpečí	**Péče o zdraví a bezpečí (rizika)**	**Zdravotní prevence**	**Znalost opatření pro zajištění bezpečnosti**	Přivolání pomoci	Mít k dispozici bezpečnou pomůcku/mít informace o způsobu, jak přivolat pomoc Mít dostatek informací o tom, jak omezit rizika pádu a zranění Mít dostatek informací o rizicích při onemocnění, manipulace se spotřebiči, při požáru, likvidaci parazitů, užívání návykových látek, o způsobech, jak jim předcházet/jak je minimalizovat Mít informace o tom, jak poskytnout první pomoc, mít podporu při nácviku poskytnutí první pomoci 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 jiného zranění	
				Prevence zdravotních rizik spojených s onemocněním	
				Znalost základů první pomoci	
				Rozpoznání zhoršujícího se zdravotního stavu (např. ataky duševní nemoci)	
				Prevence a znalost rizik	
				Znalost rizik souvisejících s užíváním návykových látek	
		Zdraví	**Provedení jednoduchého ošetření**	Použití leukoplasti, obvazu, pružného obinadla, dezinfekce atd.	Mít informace o tom, jak provést drobné ošetření sebe sama Mít podporu při nácviku samostatného jednoduchého ošetření Mít informace o tom, co je vhodné mít v lékárničce/mít podporu při nákupu
				Zásobování lékárničky prostředky k základnímu ošetření	
			Návštěva lékaře a dodržování léčebného režimu	Návštěva lékaře	Mít dostatek informací/podpory k rozhodnutí o návštěvě lékaře/dodržování léčebného režimu Mít podporu při plánování a realizaci pravidelných návštěv u lékaře, pravidelné
				Zajištění potřebných léků, kompenzačních pomůcek	
				Užívání léků v lékařem stanovené době	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
				Rehabilitace – např. dodržení doporučení fyzioterapeuta, včetně pravidelného cvičení	užívání léků Mít podporu při sestavování rozpočtu hospodaření s ohledem na hrazení doplatku léků Mít podporu při rozpoznávání signálů, které avizují zhoršení zdravotního stavu (např. ataky duševní nemoci), mít podporu při hledání opatření, která je třeba při zhoršení zdravotního stavu učinit
				Pití tekutin v dostatečném množství	
				Dodržování diety	
				Zvládání abstinence	
				Zvládání stresu	
		Zdravá výživa	**Znalost zásad zdravé výživy**	Znalost potravin, které prospívají/škodí	Mít dostatek informací (poradenství) o zdravé výživě, mít podporu při výběru vhodných potravin
				Znalost optimálního množství určitého jídla	
				Znalost potravin v případě diety	
		Zajištění bezpečí	**Znalost zásad bezpečného chování vůči vlastní osobě, okolí a majetku**	Bezpečné provádění domácích prací (vaření, úklid, praní – spotřebiče, nářadí, kuchyňské pomůcky, apod.) Bezpečnost chování mimo domov (zvládání bariér)	Mít dostatek informací a podporu v oblasti bezpečného chování a řešení následků
			Řešení následků krizových situací	Odstranění škody (vytopení, požár)	
				Řešení škody na majetku způsobené jiné osobě	
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 a běžné výdaje	Mít informace/podporu v hospodaření s finančními prostředky Mít informace o dalších subjektech, které poskytují specializované poradenství Mít podporu při jednání s těmito subjekty Mít informace/podporu při zjišťování, jaké služby je třeba platit v souvislosti s užíváním bytu, co je třeba zařídit, co kam nahlásit Mít informace/podporu při uzavírání, či plnění pojistné smlouvy Mít informace o rizicích, které z pozdních plateb plynou
				Provádění úhrad spojených s bydlením – plyn, elektřina, vodné, poplatek za odpad, nájem	
				Provádění úhrad daní, pojištění	
				Provádění úhrad poplatků	
				Provádění úhrady zdravotního a sociálního pojištění	
				Provádění úhrady – jiné	
			Řešení dluhů, 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	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
			Uvědomění si smluvních závazků a zavírání smluv	Orientace v obsahu smlouvy a v důsledcích smluvních vztahů	Mít informace/podporu při uzavírání smluv Mít informace/kontakty na další subjekty zabývající se touto oblastí (notář, advokátní kancelář, občanská poradna)
				Uzavření kupní smlouvy (jiné než běžný nákup v obchodě)	
			Nakládání s majetkem	Převedení majetku	
				Pronájem nemovitosti (bytu, nebo jeho části, domu, zahrady, chalupy atd.)	
				Darování majetku	
			Zajištění vhodného bydlení	Vyhledávání a udržení vhodného bydlení	Mít informace/podporu při vyhledávání a udržení vhodného bydlení Mít podporu při jednání s příslušnými institucemi
				Jednání s realitkami, pomoc při jednání	
				Prohlídka bytu	
			Znalost a využití sociálních dávek, důchodů a jiných výhod	Uplatnění nároku na dávky, důchody a jiné výhody, např. průkaz ZTP	Mít informace/podporu při uplatnění nároku Mít podporu při jednání s příslušnými institucemi
				Požádání o dávky, důchody a jiné výhody	
		Základní doklady	**Obstarání osobních a jiných dokladů**	Zajištění platných dokladů (občanský průkaz, pas, rodný list, průkaz zdravotní pojišťovny atd.)	Mít informace o postupu při ztrátě, či ukončení platnosti osobních dokumentů, nebo provedení záznamů změn v nich Mít podporu při jednání na úřadě
		Účast na veřejném životě	**Uplatňování občanských a politických práv**	Účast na zasedání zastupitelstva	Mít možnosti realizovat politická práva Mít psychickou podporu při rozhodování, zda a jaká politická práva realizovat Mít podporu při výkonu politických práv (návštěva volebního místa, jednání zastupitelstva)
				Uplatnění práva volit	
				Uplatnění petičního práva	
				Uplatňování práva být členem politické strany	
		Ochrana práv	**Ochrana před zneužíváním a trestnou činností jinou osobou**	Obrana práv v oblasti občanských/sousedských vztahů	Mít informace o svých občanských, či sousedských právech, o možném riziku jejich porušení jiným subjektem a způsobu, jak porušení předcházet/jak se mu bránit Mít informace o možné formě a rizicích zneužívání a způsobu jak se mu bránit Mít kontakty na subjekty, na které se lze obrátit
				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	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
			Ochrana práv a oprávněných zájmů	Pomoc při přehodnocení svéprávnosti	Mít informace o možné formě a rizicích domácího násilí a způsobu, jak se mu bránit Mít informace o možnosti bránit se proti správním rozhodnutím Mít podporu při formulování podání, nebo mít kontakt na subjekt, který podání vypracuje Mít kontakty na subjekty, na které se lze obrátit
				Ochrana práv klienta před zneužitím opatrovníkem	
			Znalost a rozpoznání důsledků protiprávního jednání	Znalost důsledků užívání návykových látek	
				Znalost důsledků trestné činnosti	
		Jiné	**Partnerství a sexualita**	Uspokojení sexuálních potřeb	
Osoba zajišťuje péči o děti odpovídající jejich věku a zdravotnímu stavu	**Posilování rodičovských kompetencí**	**Péče o děti**	**Zajištění plnění školních povinností dětí**	Docházka do škol	Mít možnost využít informace/podporu při kontaktu se školou, kterou dítě navštěvuje Mít možnost využít informace/podporu při plnění rodičovských povinností spojených s výchovou dítěte nebo/a 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 a o tom, kdo je zajišťuje Mít možnost využít službu jako doprovod dítěte do školy, k lékaři atd.
				Příprava do škol	
				Kontakt se školou	
				Využití navazující služby	
				Zprostředkování doučování	
			Zajištění péče o dítě v domácím prostředí	Zajištění odpovídající stravy	Mít informace o potřebách dítěte/podporu při péči o dítě/děti v domácím prostředí, mít informace /kontakty na poradenské subjekty, návazné/speciální služby (např. raná péče) Mít informace o možnostech (klubech, organizacích, službách) trávení volného času dětí
				Osobní hygiena	
				Zapojení dítěte do chodu domácnosti	
				Péče o malé dítě	
				Zajištění smysluplného trávení volného času dětí	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
			Udržování zdravotního stavu dítěte a předcházení rizikům spojeným s onemocněním nebo zdravotním znevýhodněním	Registrace u lékaře, návštěva ordinace Absolvování lékařských vyšetření	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, či při návštěvě dalších odborných služeb
				Identifikace příznaků onemocnění	
				Užívání medikace	
				Dodržování diety	
				Schopnost předcházení infekčním onemocněním	
				Prevence zdravotních rizik	
				Využití kompenzačních pomůcek (hole, berle, protézy, brýle, naslouchadla apod.), speciální školy, logopedie	
	Specifické potřeby služby	**Paliativní péče**	**Podpora v terminálním stádiu**	Socio-terapeutické rozhovory související s odcházením	Zajištění podpory, případně zprostředkování potřebných doplňujících zdravotních a sociálních služeb
				Duchovní podpora	
				Doprovázení	
				Vypořádání majetkových poměrů	
				Uspořádání vztahů, práce s rodinou	
				Volba posledního rozloučení	
		Úkony související s ukončením služby		Administrativní úkony s ukončením poskytování služby	