



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Zpracovatel: QQT, s.r.o.
Kontaktní osoba: PhDr. Jakub Čtvrtník, MBA
ctvrtnik@qqt.cz, tel. 603 454 450
www.qqt.cz

CENTRA DENNÍCH SLUŽEB



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
<i>Osoba pečuje o svou hygienu podle svých potřeb a zvyklostí</i>	Osobní hygiena	Denní hygiena	Běžná denní hygiena	Mytí během dne (rukou, obličeje atd.) Vysmrkání se Použití intimspreje	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 příjemné, a kterého je osoba schopna, důstojně a v soukromí
			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	



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
<i>Osoba pečuje o sebe dle svých potřeb a zvyklostí</i>	Zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu	Oblékání	Oblékání, svlékání	Volba vhodného oblečení a doplňků (počasí, příležitost a vhodné vrstvení) 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 Nazouvání a zouvání obuvi, popř. s využitím 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	
<i>Osoba se pohybuje podle svých potřeb a zvyklostí</i> <i>Osoba kontroluje prostor kolem sebe, je v optimální poloze s ohledem na své potřeby a zdravotní stav</i>	Samostatný pohyb	Změna polohy	Změny polohy na lůžku	Změna polohy těla na lůžku Posazení na lůžku Manipulace s dekou a polštářem Podání věcí ze stolku (pití, kniha, kapesník atd.) Manipulování s polohovatelným lůžkem	Mít informace o pomůčkách/postupech, které usnadňují pohyb, změnu polohy na lůžku, vstávání z lůžka Mít fyzickou/slovní podporu při změně polohy
			Vstávání a uléhání na lůžko	Vstání z lůžka Ulehnutí na lůžko Přesun na vozík a na lůžko	
			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 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	
	Samostatný pohyb	Pohyb ve vlastním prostoru	Pohyb ve vlastním prostoru	Bezpečný pohyb po místnosti, v prostorách služby	Mít informace o pomůckách, které usnadňují manipulaci se zámky, otvírání dveří	
				Otevření a zamčení dveří pokoje, WC		
		Pohyb mimo centrum	Pohyb mimo centrum	Chůze	Chůze po rovině Chůze po schodech	Mít informace o pomůckách, které usnadní pohyb
				Pohyb po domě a vyjítí z domu Pohyb mimo dům	Být informován o rizicích pádu při pohybu mimo domov	
<i>Osoba se stravuje podle svých zvyklostí a potřeb, má zajištěnou stravu</i>	Zajištění stravování	Příprava a příjem stravy	Příprava stravy	Příprava teplých a studených nápojů	Mít informace o tom, jaké pomůcky mohou usnadnit konzumaci jídla, pití	
				Příprava/vaření jídla		
				Ohřívání stravy		Mít informace o tom, jak jídlo upravit, aby je osoba mohla dobře konzumovat
				Sledování doby spotřeby potravin		
			Podání jídla na talíř (servírování)	Mít možnost využít odborné/fyzické podpory při přípravě stravy		
			Přijímání stravy	Najedení se Napítí se Porcování stravy	Mít možnost náviku přípravy stravy, event. vhodných pomůcek usnadňujících přípravu stravy	
Zajištění potravin	Posouzení, jaké potraviny je potřeba nakoupit					
<i>Osoba je v kontaktu se společenským prostředím podle svých potřeb a přání</i>	Zajištění kontaktu se společenským prostředím	Společenské kontakty	Navazování a udržování přátelských, sousedských a jiných vztahů	Uskutečnění kontaktu s rodinou nebo blízkými Uskutečnění kontaktu s přáteli, sousedy Znalost společenských norem	Mít k dispozici podporu potřebnou k uskutečnění kontaktu s rodinou (např. možnost nadiktovat dopis, získat znalost navazování kontaktu přes Skype, sociální sítě) s blízkými lidmi Mít informace o možnostech a způsobech seznamování, podporu/informace při hledání partnera a udržení partnerského vztahu	



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
<i>Osoba je v kontaktu se společenským prostředím podle svých potřeb a přání</i>	Zajištění kontaktu se společenským prostředím	Společenské kontakty	Navazování a udržování přátelských, sousedských a jiných vztahů		Mít 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
		Orientace	Orientace v místě, čase, osobách	Orientace v čase (během dne, v týdnu, ročním období) Orientace v centru (nalezení WC, kuchyně apod.) Orientace mimo centrum (ulice, zahrada, obchod apod.) Orientace v novém místě, dojetí nebo dojítí na dříve nenavštívené místo Orientace v osobách	Mít možnost využít odbornou podporu (fyzickou, slovní) při event. oslabení orientace Mít k dispozici nabídku pomůcek/ informací, které orientaci usnadní
		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 školských a jiných vzdělávacích zařízení, vzdělávacích kurzů, univerzity třetího věku	Mít informace o možnostech vzdělávání, vzdělávacích institucích, subjektech nabízejících poradenství v oblasti vzdělávání



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
<i>Osoba se realizuje v práci/ve smysluplné činnosti</i>	Seberealizace	Pracovní uplatnění	Příprava na zaměstnání	Volba pracovního uplatnění a příprava na něj Hledání pracovního uplatnění, dobrovolnická činnost Uplatňování práva na pomoc úřadu práce při hledání zaměstnání	Mít přístup k informacím (poradenství, internet) o možnostech pracovního uplatnění osoby, nebo dobrovolnické činnosti Mít informace o subjektech, které pomohou osobě s volbou pracovního uplatnění
			Pracovní a jiné uplatnění	Pokračování pracovní činnosti	Mít možnost využít pomůcek/poradenství/event. fyzické podpory při pokračování v pracovní činnosti
<i>Osoba tráví volný čas podle svých přání a potřeb</i>		Oblíbené činnosti	Oblíbené činnosti	Plánování volného času Znalost možností naplnění volného času 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	Mít informace/podporu při hledání možností, jak trávit volný čas Mít informace o tom, kde je možné získat/vypůjčit si knihy, videokazety, CD, atd. Mít informace o tom, jak oblíbené činnosti vykonávat, mít podporu při nácvičku těchto činností
<i>Osoba ví, jak pečovat o své zdraví a bezpečí</i>	Péče o zdraví a bezpečí (rizika)	Zajištění bezpečí	Opatření pro zajištění bezpečí	Přivolání pomoci Prevence pádu a jiného zranění Prevence zdravotních rizik spojených s onemocněním 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 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 zhoršení zdrav. stavu učinit



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
	Péče o zdraví a bezpečí (rizika)	Zdraví	Provedení jednoduchého ošetření	Použití leukoplasti, obvazu, pružného obinadla, dezinfekce atd.	Mít informace o postupech drobného ošetření
			Návštěva lékaře a dodržování léčebného režimu	Návštěva lékaře Zajištění potřebných léků Užívání léků v lékařem stanovené době Rehabilitace – např. dodržení doporučení fyzioterapeuta Pití tekutin v dostatečném množství Dodržování diety	Mít možnost rozhodnout se zda k užívání léků potřebuje osoba asistenci, dohled Mít dostatek informací k rozhodnutí o návštěvě lékaře/dodržování léčebného režimu
		Zdravá výživa	Znalost zásad zdravé výživy	Znalost potravin, které prospívají/škodí Znalost optimálního množství určitého jídla	Mít dostatek informací (poradenství) o zdravé výživě
<i>Osoba ví, jak uplatňovat svá práva, jak předcházet riziku zneužití</i>	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 Provádění úhrad spojených s bydlením Provádění úhrady poplatků za telefon 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
			Nakládání s majetkem	Převedení majetku Pronájem nemovitosti (bytu nebo jeho části, domu, zahrady, chalupy atd.) Darování majetku	Mít k dispozici informace/kontakty na subjekty v oblasti správy majetku, mít podporu v rozhodování o svém majetku



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
Osoba ví, jak uplatňovat svá práva, jak předcházet riziku zneužití	Uplatňování práv a oprávněných zájmů a obstarávání osobních záležitostí	Finanční a majetková oblast	Využití sociálních dávek a jiných výhod	Uplatnění nároku na nárokové dávky + výhody např. průkaz ZTP, příspěvek na péči Požádání o nenárokové dávky Uplatňování práva na pomoc úřadu práce při hledání zaměstnání 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
		Základní doklady	Platné osobní doklady	Zajištění platných dokladů (např. občanský průkaz, pas, rodný list, průkaz zdravotní pojišťovny)	
		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 Mít podporu při realizaci práv
		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 Znalost kontaktů na pomáhající subjekty v případě domácího násilí nebo ohrožení domácím násilím	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 Mít informace o možné formě a rizicích zneužívání a způsobu, jak se bránit Mít informace o subjektech, které se ochranou před zneužíváním zabývají Mít informace/kontakty na subjekty, které se zabývají pomocí v případě domácího násilí