



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

# DOMOVY PRO OSOBY SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba zahrnuje	Vysvětlivky
Osoba pečuje o svou hygienu podle svých potřeb a zvyklostí	Osobní hygiena	Denní hygiena	Běžná denní hygiena	Ranní hygiena Mytí během dne (rukou, obličeje atd.) Večerní hygiena Vysmrkání se Použití intim spreje	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
			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	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	



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba zahrnuje	Vysvětlivky	
<i>Osoba o sebe pečuje dle svých potřeb a zvyklostí</i>	<b>Zvládnutí běžných úkonů péče o vlastní osobu</b>	<b>Oblékání</b>	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 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 ve svém prostoru i mimo něj podle svých potřeb</i>	<b>Samostatný pohyb</b>	<b>Změna polohy</b>	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 pomůckách a postupech, které usnadňují pohyb, změnu polohy na lůžku, vstávání z lůžka	
				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
		<b>Manipulace s předměty</b>	Přemísťování a manipulace s předměty denní potřeby	Přemísťování předmětů denní potřeby Manipulace se závesy, žaluziemi, roletami apod.	Mít možnost rozhodovat o umístění předmětů denní potřeby, přizpůsobit vlastní prostor svým potřebám	



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba zahrnuje	Vysvětlivky	
	<b>Samostatný pohyb</b>	<b>Pohyb ve vlastním prostoru</b>	Pohyb ve vlastním prostoru	Otevření a zamčení dveří, manipulace s klíčem Zvládání bariér (kliky, prahy, rohy, koberce)	Mít k dispozici pomůcky/informace/fyzickou podporu pro bezpečný pohyb ve vlastním prostoru, pro přizpůsobení vlastního prostoru svým potřebám	
				Bezpečný pohyb po místnosti, ve vlastním prostoru		
		<b>Pohyb mimo zařízení</b>	Pohyb mimo vlastní prostor	Chůze	Chůze po rovině Chůze po schodech, v terénu	Mít k dispozici pomůcky/informace pro usnadnění bezpečného pohybu
				Pohyb po zařízení a vyjití ze zařízení Pohyb mimo dům, pohyb v nerovném terénu Znalost cesty Zvládání rizikových míst (přechody apod.)		
<i>Osoba se stravuje podle svých zvyklostí a potřeb, má zajištěnou stravu</i>	<b>Zajištění stravování</b>	<b>Příprava a příjem stravy</b>	Zajištění potravin	Posouzení, jaké potraviny je třeba nakoupit Uchování potravin Sledování data spotřeby	Mít možnost kontrolovat spotřebu vlastních potravin  Mít možnost rozhodovat o jejich spotřebě nebo zlikvidování	
			Příprava stravy	Příprava teplých a studených nápojů	Mít vždy jídlo připravené tak, aby nebylo obtížné ho sníst	
				Příprava, vaření jídel		
				Ohřívání stravy		
			Podání jídla na talíř (servírování)	Mít k dispozici pomůcky pro usnadnění najedení/napití (např. zvýšený okraj talíře, speciální hrneček, odlehčený příbor atd.)  Mít možnost přípravy jednoduchých jídel/nápojů, s event. fyzickou/slovní podporou		
Přijímání stravy	Najedení se Napití se Porcování stravy	Mít možnost najíst se/napít se způsobem podle vlastního výběru, v místě podle vlastního výběru (vlastní prostor, pokoj nebo společný prostor)				



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba zahrnuje	Vysvětlivky
<i>Osoba pečuje o svůj prostor/své věci, rozhoduje, jak se o ně má pečovat</i>	<b>Péče o domácnost</b>	<b>Vytvoření vlastního prostoru odpovídajícího individualitě</b>	Mít vlastní prostor	Místo na spaní Místo k relaxaci Místo k práci	Mít možnost trávit život v prostorách přiměřených věku, srovnatelných s prostory, ve kterých tráví život vrstevníci  Mít možnost obklopit se doplňky charakterizující osobnost uživatele
		<b>Úklid a údržba vlastního prostoru</b>	Úklid a údržba vlastního prostoru	Umytí nádobí Uložení potravin Úklid lednice a mrazničky Běžné udržení pořádku – dávání věcí na své místo Běžný úklid vlastního prostoru (vytření podlah, úklid koupelny, WC, setření prachu...) Udržení vnitřního pořádku ve skříních a v kuchyni Zajištění a použití úklidových prostředků a jiného vybavení domácnosti Péče o květiny – zalévání, přesazování	Mít možnost, s event. fyzickou podporou ukládat věci na místo podle vlastního uvážení nebo projevit vůli, jak mají být uloženy  Mít možnost rozhodovat o tom, jak a kdy bude provedena údržba a úklid vlastního prostoru, mít možnost to s event. fyzickou podporou udělat
			Péče o lůžko	Stlaní Převlékání lůžkovin	Mít možnost rozhodovat o způsobu stlaní lůžka, o době převlékání lůžkovin, o výběru lůžkovin
		<b>Péče o oblečení, boty</b>	Péče o prádlo, oblečení a boty	Přepírání drobného prádla Sušení prádla Žehlení prádla Uložení prádla Drobné opravy prádla Čištění bot	Mít možnost s event. fyzickou podporou pečovat o oblečení, obuv  Mít možnost rozhodovat o péči o oblečení a obuv
		<b>Udržování tepelného komfortu, obsluha spotřebičů</b>	Udržení tepelné pohody ve vlastním prostoru	Větrání Obsluha radiátorů či jiných spotřebičů pro zajištění tepla a teplé vody	Mít možnost ovlivňovat tepelnou pohodu ve vlastním prostoru, rozhodovat o ní
			Obsluha domácích spotřebičů	Obsluha pračky, čajové konvice, lednice, mikrovlnné trouby atd.	Mít možnost využít fyzickou/slovní podporu k obsluze spotřebičů



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba zahrnuje	Vysvětlivky
<i>Osoba je v kontaktu se společenským prostředím a využívá běžné veřejné služby</i>	<b>Zajištění kontaktu se společenským prostředím</b>	<b>Komunikace</b>	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 nácvičku a rozvíjení optimální formy alternativní komunikace
		<b>Společenské kontakty</b>	Navazování a udržování přátelských, sousedských a jiných společenských vztahů	Uskutečnění kontaktu s rodinou nebo blízkými Hledání a navazování partnerských vztahů Uskutečnění kontaktu s přáteli, sousedy	Mít možnost setkávat se s rodinou a dalšími blízkými osobami ve vlastním prostoru nebo v jiných prostorách zařízení, mít soukromí při těchto setkáních  Mít informace/příležitost k navazování/event. podporu při navazování a udržování partnerských vztahů, být respektován ve výběru partnera
		<b>Orientace</b>	Orientace v čase, místě, osobách	Orientace v čase (během dne, v týdnu, ročním období) Orientace ve vlastním prostoru (nalezení WC, jídelny, nalezení signalizačního zařízení apod.) Orientace mimo domov (ulice, zahrada, obchod apod.) Orientace v osobách (poznávání blízkých, pracovníků služby, lékaře apod.)	Mít možnost využít odbornou podporu při event. oslabení orientace  Mít k dispozici nabídku pomůcek/informací, které orientaci usnadní
		<b>Využívání běžných veřejných služeb</b>	Využívání běžných veřejných služeb	Návštěva a orientace v obchodě (výběr a zaplacení zboží) Využívání pošty Využívání banky Navštěvování obecního úřadu, úřadu práce a jiných institucí Navštěvování klubů, knihovny Návštěva opravny atd. Návštěva restaurace atd.	Mít možnost s event. fyzickou podporou dál využívat veřejné služby, mít informace o těchto službách a jejich možném využití



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba zahrnuje	Vysvětlivky
Osoba má možnost se realizovat v práci, či jiné smysluplné činnosti a může trávit volný čas tak, jak je jí to příjemné, a jak to odpovídá jejímu věku, či zálibám	<b>Seberealizace</b>	<b>Vzdělávání</b>	Získání znalostí a dovedností	Školní docházka, návštěva dalších vzdělávacích zařízení, vzdělávacích kurzů Podpora při zvládnání nároků vzdělávání	Mít informace o možnostech vzdělávání, vzdělávacích institucích, subjektech nabízejících poradenství v oblasti vzdělávání  Mít podporu při zvládnání učiva  Mít přístup k informacím (poradenství, internet) o možnostech uplatnění schopností osoby v zaměstnání nebo dobrovolnické činnosti  Mít kontakty na subjekty, které se na hledání zaměstnání specializují
		<b>Pracovní uplatnění</b>	Příprava na pracovní uplatnění	Hledání pracovního uplatnění/obdobné činnosti Návštěva přípravných kurzů, míst budoucího zaměstnání, nebo obdobné činnosti	Mít možnost využít pomůcek, poradenství, event. fyzické podpory v pracovní činnosti
			Pracovní a jiné uplatnění	Docházka do zaměstnání/jiné obdobné činnosti	
		<b>Oblíbené činnosti</b>	Oblíbené činnosti	Znát možnosti a umět naplánovat si oblíbené činnosti Čtení Poslech hudby a mluveného slova Sledování TV, videa, DVD Používání internetu Ruční práce, výtvarné činnosti Uspokojení duchovních potřeb, navštěvování kostela, farního společenství Sportovní aktivity Rekreace/regenerace Jiné oblíbené činnosti např. péče o zvíře, sběratelství	Mít možnost trávit volný čas podle vlastního výběru a zájmu, mít podporu při technickém zvládnání oblíbených činností
Osoba ví, jak pečovat o své zdraví a bezpečí	<b>Péče o zdraví a bezpečí (rizika)</b>	<b>Zajištění bezpečí</b>	Opatření pro zajištění bezpečí	Přivolání pomoci (např. signalizační zařízení, telefon apod.) Prevence pádu a jiného zranění Prevence zdravotních rizik spojených s onemocněním	Mít k dispozici bezpečnou pomůcku, např. mobilní telefon/mít informace o způsobu jak přivolat pomoc



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba zahrnuje	Vysvětlivky
<i>Osoba ví, jak pečovat o své zdraví a bezpečí</i>	<b>Péče o zdraví a bezpečí (rizika)</b>	<b>Zajištění bezpečí</b>	Opatření pro zajištění bezpečí	Pomůcky, které zvýší bezpečí/omezí rizika pádu, nebo rizika spojená s onemocněním Rozpoznání zhoršujícího se zdravotního stavu	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
		<b>Zdraví</b>	Provedení jednoduchého ošetření	Použití leukoplasti, obvazu, pružného obinadla, dezinfekce atd.	Mít informace/podporu při návratu běžného jednoduchého ošetření
			Dodržování léčebného režimu	Návštěva lékaře Zajištění potřebných léků Užívání léků v lékařem stanovené době Rehabilitace – např. dodržení doporučení fyzioterapeuta včetně pravidelného cvičení 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  Mít podporu při dodržování léčebného režimu
		<b>Rozvoj hybnosti a prevence omezení hybnosti</b>	Podpora hybnosti	Pravidelná cvičení, polohování, masáže apod.	Mít informace/slovní/ fyzickou podporu při pravidelném cvičení Mít odbornou péči spočívající v polohování/masážích
		<b>Zdravá výživa</b>	Znalost zásad zdravé výživy	Znalost potravin, které prospívají/škodí Znalost optimálního množství určitého jídla Znalost potravin vhodných pro dietu předepsanou lékařem	Mít dostatek informací (poradenství) o zdravé výživě mít možnost výběru vhodných potravin





Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba zahrnuje	Vysvětlivky
<p><i>Osoba zná svá práva a rozhoduje se o jejich uplatnění</i></p> <p><i>Osoba zná způsoby, jak stabilizovat svou finanční situaci</i></p>	<p><b>Uplatňování práv a oprávněných zájmů a obstarávání osobních záležitostí</b></p>	<p><b>Finanční a majetková oblast</b></p>	<p>Hospodaření s finančními prostředky</p>	<p>Rozvržení příjmu tak, aby byly pokryty všechny platby Provádění úhrad spojených s bydlením Provádění úhrady poplatků za telefon Provádění úhrady, jiné</p>	<p>Mít možnost využít nabídky základního, event. odborného poradenství</p> <p>Mít možnost podpory při provádění úhrad</p>
			<p>Nakládání s majetkem</p>	<p>Převedení majetku Pronájem nemovitosti (bytu, nebo jeho části, domu, zahrady, chalupy atd.) Darování majetku</p>	<p>Mít k dispozici poradenství, kontakty na poradenské subjekty</p>
			<p>Využití sociálních dávek a jiných výhod</p>	<p>Uplatnění nároku na nárokové dávky + výhody, např. průkaz ZTP, příspěvek na péči Požádání o nenárokové dávky Uplatnění práva na hmotné zabezpečení ve stáří, v invaliditě (důchod)</p>	<p>Mít možnost využít nabídky základního nebo odborného poradenství</p>
		<p><b>Základní doklady</b></p>	<p>Platné osobní doklady</p>	<p>Zajištění platných osobních dokladů, např. občanský průkaz, pas, rodný list, průkaz zdravotní pojišťovny</p>	<p>Mít informace o postupu při ztrátě, či skončení platnosti dokumentů nebo provedení záznamů změn v nich, mít podporu při jednání s úřady</p>
		<p><b>Účast na veřejném životě</b></p>	<p>Uplatňování politických práv</p>	<p>Účast na zasedání zastupitelstva Uplatnění práva volit</p>	<p>Mít k dispozici informace o možnosti realizovat politická práva Mít podporu při jejich realizaci</p>
		<p><b>Ochrana práv</b></p>	<p>Ochrana před zneužíváním</p>	<p>Ochrana práv v oblasti sousedských vztahů Uplatňování pomoci ombudsmana (proti rozhodnutí orgánu veřejné správy) Znalost kontaktů na pomáhající subjekty v případě zneužití, nebo ohrožení zneužitím Znalost rizika zneužití různými komerčními subjekty (tlak na uzavírání půjček, nákup zboží, pronájem zařízení apod.) Znalost kontaktů na pomáhající subjekty v případě domácího násilí, nebo ohrožení domácím násilím</p>	<p>Mít informace o možné formě, či rizicích zneužívání a způsobu, jak se mu bránit</p> <p>Mít v zařízení zajištěno bezpečí bez rizika zneužívání pracovníky nebo ostatními obyvateli zařízení</p> <p>Mít k dispozici kontakty na pomáhající subjekty</p>