



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

CHRÁNĚNÉ BYDLENÍ



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	Osobní hygiena	Běžná hygiena	Možnost provést všechny úkony osobní hygieny a péče o tělo	Upevnit hygienické návyky Mít možnost udržovat osobní hygienu s odpovídající podporou (připomenutí, dohled, fyzická dopomoc)
<i>Osoba o sebe pečuje podle svých potřeb a zvyklostí</i>	Zvládnutí 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
			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 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	Vstávání a uléhání na lůžko	Vstání z lůžka Ulehnutí na lůžko Přesun na vozík a na lůžko	Mít informace o pomůckách/postupech, které usnadňují pohyb, změnu polohy na lůžku, vstávání z lůžka
<i>Osoba se stravuje podle svých zvyklostí a potřeb, má zajištěnou stravu</i>	Zajištění stravování	Příprava a příjem stravy	Nákup surovin	Posouzení, jaké potraviny je potřeba nakoupit Uchování potravin Sledování data spotřeby	Mít k dispozici informace/slovní nebo fyzickou podporu při nákupu a uchování potravin a sledování data jejich spotřeby



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
<i>Osoba se stravuje podle svých zvyklostí a potřeb, má zajištěnou stravu</i>	Zajištění stravování	Příprava a příjem stravy	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
			Nápoje	Příprava teplých nápojů	Mít k dispozici informace/podporu při přípravě jídla, nápojů, při nácviku samostatného vaření
			Strava	Příprava a vaření jídla	Mít podporu při výběru potravin z hlediska zdravé výživy, pestrosti jídelníčku, hospodárnosti a účelnosti nákupu potravin
			Přijímání stravy	Podání jídla na talíř (servírování) Najedení Napití	Mít informace o tom, jaké pomůcky mohou usnadnit konzumaci jídla, pití Mít informace o tom, jak jídlo upravit, aby je osoba mohla dobře konzumovat
<i>Osoba pečuje o svou domácnost podle svých potřeb a zvyklostí/má zajištěnou péči o svou domácnost podle svých potřeb a zvyklostí</i>	Péče o domácnost	Zařízení bytu	Příprava bytu na nastěhování	Úklid bytu před nastěhováním	Mít podporu při přípravě bytu na nastěhování – úklid prostor, instalace pevných doplňků (např. madla)
			Vybavení bytu	Nákup nábytku, doplňků, spotřebičů	Mít podporu při výběru vybavení domácnosti a jeho nákupu
		Úklid a údržba domácnosti	Úklid a údržba domácnosti	Umytí nádobí Uložení věcí Úklid lednice a mrazničky Běžné udržení pořádku – dávání věcí na své místo Setření prachu Údržba podlahových ploch Uklizení koupelny a WC Udržení vnitřního pořádku ve skříních a v kuchyni Rozpoznání, jaké čisticí prostředky či vybavení jsou třeba do domácnosti koupit, a schopnost tyto prostředky použít Péče o květiny – zalévání, přesazování Drobné opravy v domácnosti	Mít informace event. podporu při péči o domácnost, být podporován v údržbě a péči o domácnost tak, jak je to obvyklé 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



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
Osoba pečuje o svou domácnost podle svých potřeb a zvyklostí/má zajištěnou péči o svou domácnost podle svých potřeb a zvyklostí	Péče o domácnost	Úklid a údržba domácnosti	Péče o lůžko	Stlaní Převlékání lůžkovin	
		Péče o oblečení, boty	Péče o prádlo, oblečení a boty	Praní prádla Přepírání drobného prádla Sušení prádla Žehlení prádla Uložení prádla Drobné opravy prádla Čištění bot	Mít k dispozici informace/podporu při péči o oblečení, obuv Být respektován ve svém rozhodnutí Mít informace o službách, které péči o prádlo, oblečení mohou zajistit, a podporu při výběru služby
		Udržování tepelného komfortu, obsluha spotřebičů	Udržení tepelné pohody v bytě nebo domě	Větrání Topení včetně zajištění topiva Obsluha karmy, 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, trouby, lednice, mikrovlnné trouby atd.	Mít možnost využít podporu při nácviu obsluhy domácích spotřebičů Mít možnost využít pomůcek, které usnadní samostatnou obsluhu domácích spotřebičů (např. jednoduché či grafické návody, vyznačení na spotřebičích atd.)
		Nakládání s odpady	Nakládání s odpady	Třídění odpadu – v případě zájmu Odnášení odpadu	
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, spolupracovníky Navazování/udržování partnerských vztahů	Mít k dispozici podporu potřebnou k uskutečnění kontaktu s rodinou (např. – možnost nadiktovat dopis, získat znalost navazování kontaktu přes Skype), 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
Zajištění kontaktu se společenským prostředím		Společenské kontakty	Navazování a udržování přátelských, sousedských a jiných vztahů		<p>Mít podporu při navazování sousedských 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</p> <p>Mít informace o sexuálním životě v partnerských vztazích, o bezpečném sexu, mít informace o odborných službách (např. sexuologické poradny)</p>
		Komunikace	Komunikace	Dostatečná slovní zásoba pro vyjádření vlastních potřeb, dovednost navázání kontaktu odpovídajícího věku, situaci atd. Schopnost alternativní komunikace, kterou lze vyjádřit potřeby a navázat kontakt	<p>Mít podporu při rozvíjení schopnosti komunikovat – rozšiřovat slovní zásobu, vyjadřovat se způsobem, který je úměrný věku a ve společnosti obvyklý</p> <p>Mít podporu při nácviu a rozvíjení optimální formy alternativní komunikace</p>
		Orientace	Orientace v čase, místě, osobách	Orientace v čase (během dne, v týdnu, ročním období) Orientace mimo domov (ulice, zahrada, obchod, úřad, pracoviště apod.) Orientace v osobách Strukturovaný den, týden	<p>Mít možnost využít odbornou podporu (fyzickou, slovní) při event. oslabení orientace</p> <p>Mít k dispozici nabídku pomůcek/informací, které orientaci usnadní (např. pomůcky AAK – kompenzace mentálního handicapu, autismu)</p>
		Využívání běžných veřejných služeb	Využívání veřejných služeb a zapojování do sociálních aktivit odpovídajícího věku	Návštěva a orientace v obchodě (výběr a zaplacení zboží) Využívání pošty Využívání banky Jednání na obecním úřadu, úřadu práce Navštěvování veřejné knihovny Využívání čistírny, opravny, servisu atd. Návštěva restaurace, kina, divadla Návštěva sportovišť, bazénu, hřiště	<p>Mít možnost s event. fyzickou podporou dále využívat veřejné služby, mít informace o těchto službách a jejich možném využití</p> <p>Mít informace o dalších subjektech, které mohou zprostředkovat návštěvu sociálních aktivit (poradenství – kontakty na dobrovolnické a jiné subjekty)</p>



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
Seberealizace		Vzdělávání	Získávání znalostí a dovedností	Doprovod do školského nebo jiného vzdělávacího zařízení Zvládání nároků vzdělávání Udržení a rozvíjení získaných znalostí	Mít podporu při osvojování bezpečné cesty do vzdělávacího zařízení nebo doprovod Mít podporu při zvládnutí učiva nebo informace o možnostech podpory z jiných zdrojů (např. dobrovolník)
		Pracovní a jiné uplatnění	Přípravy na zaměstnání	Volba pracovního uplatnění Získání návyků souvisejících s pracovním uplatněním	Mít podporu při vlastním rozhodování o nejvhodnějším uplatnění o 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
			Vykonávání zaměstnání	Hledání pracovního uplatnění Doprovod do zaměstnání	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
		Volný čas	Vykonávání oblíbených činností	Plánování volného času Znalost možností Sport Klubové aktivity Rekreace/regenerace Čtení Poslech hudby a mluveného slova Sledování TV, videa, DVD, počítačových her Ruční práce Uspokojení duchovních potřeb (např. návštěva kostela, farního společenství) Jiné oblíbené činnosti - např. péče o zvíře	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



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 tom, jak provést drobné ošetření sebe sama Mít podporu při nácviu samostatného jednoduchého ošetření
				Zásobování lékárníčky prostředky k základnímu ošetření	Mít informace o tom, co je vhodné mít v lékárníčce/mít podporu při nákupu
			Návštěva lékaře a 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 Zvládání abstinence Zvládání stresu	Mít dostatek informací/podpory k rozhodnutí o návštěvě lékaře/dodržování léčebného režimu Být respektován ve svých rozhodnutích Mít podporu při plánování a udržení pravidelných návštěv lékaře/pravidelného užívání léků Mít podporu při sestavování rozpočtu hospodaření s ohledem na hrazení doplatku léků Mít podporu při rozpoznávání signálů, které avizují zhoršení zdrav. stavu (např. ataky duševní nemoci), mít podporu při hledání opatření, která je třeba při zhoršení zdrav. stavu učinit
	Zdravotní prevence	Znalost opatření pro zajištění bezpečnosti	Přivolání pomoci Prevence pádu a jiného zranění Prevence zdravotních rizik spojených s onemocněním (např. alergie, epilepsie, hypertenze, arytmie, diabetes) Znalost základů první pomoci Rozpoznání zhoršujícího se zdravotního stavu Znalost rizik souvisejících s užíváním návykových látek	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 vyplývajících z onemocnění a o způsobech, jak jim předcházet/jak je minimalizovat	



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
	Péče o zdraví a bezpečí (rizika)	Zdravotní prevence	Znalost opatření pro zajištění bezpečnosti		Mít informace o tom, jak poskytnout první pomoc, mít podporu při nácviku poskytnutí první pomoci Mít informace o rizicích vyplývajících z užívání alkoholu nebo jiných návykových
		Zdravá výživa	Znalost zásad zdravé výživy	Znalost potravin, které prospívají/škodí Znalost optimálního množství určitého jídla, znalost důležitosti pestré stravy Znalost potravin v případě diety	Mít dostatek informací (poradenství) o zdravé výživě, mít podporu při výběru vhodných potravin
	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, tj. sociální službou Provádění úhrady daně z nemovitosti Provádění úhrady poplatků za telefon Provádění úhrady – jiné	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, která z pozdních plateb plynou
			Řešení dluhů, exekucí	Jednání s věřiteli Přijetí opatření k minimalizaci rizik plynoucích z dluhů (ztráta majetku, bytu apod.) Jednání s orgánem, který nařídil exekuci	Mít informace o speciálních službách, které se dluhovou problematikou zabývají Mít informace o rizicích o průběhu exekuce Mít informace o službách, které se touto oblastí zabývají, mít podporu při jednání



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
Uplatňování práv a oprávněných zájmů a obstarávání osobních záležitostí		Finanční a majetková oblast	Uzavírání smluv	Uzavření kupní smlouvy (jiné než běžný nákup v obchodě)	Mít informace/podporu při uzavírání smluv
			Nakládání s majetkem	Převedení majetku Pronájem nemovitosti (bytu, nebo jeho části, domu, zahrady, chalupy atd.) Darování majetku	Mít informace/kontakty na další subjekty zabývající se touto oblastí (notář, advokátní kancelář, občanská poradna)
			Využití sociálních dávek a jiných výhod	Uplatnění nároku na nárokové dávky + výhody, např. průkaz ZTP Požádání o nenárokové dávky Uplatňování práva na pomoc úřadu práce při hledání zaměstnání Uplatnění práva na hmotné zabezpečení ve stáří, v invaliditě (důchod)	Mít informace/podporu při uplatnění nároku, mít podporu při jednání s příslušnými institucemi
		Základní doklady	Obstarávání osobních záležitostí	Zajištění platných dokladů (občanský průkaz, pas, rodný list)	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 politických práv	Účast na zasedání zastupitelstva Uplatnění práva volit Uplatnění petičního práva Uplatňování práva být členem politické strany	Mít informace o 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)
Ochrana práv	Ochrana před zneužíváním	Ochrana práv v oblasti občanských/sousedských vztahů Uplatňování pomoci ombudsmana (proti rozhodnutí orgánu veřejné správy) Znalost kontaktů na pomáhající subjekty v případě zneužití nebo ohrožení zneužitím	Mít informace o svých občanských či sousedských právech, o možném riziku jejich porušení jiným subjektem a způsobu, jak porušení předcházet/jak se mu bránit		



Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
	Uplatňování práv a oprávněných zájmů a obstarávání osobních záležitostí	Ochrana práv	Ochrana před zneužíváním	Znalost kontaktů na pomáhající subjekty v případě domácího násilí nebo ohrožení domácím násilím	<p>Mít informace o možnosti bránit se proti správním rozhodnutím</p> <p>Mít podporu při formulování podání, nebo mít kontakt na subjekt, který podání vypracuje</p> <p>Mít informace o možné formě a rizicích zneužívání a způsobu, jak se mu bránit</p> <p>Mít kontakty na subjekty, na které se lze obrátit</p> <p>Mít informace o možné formě a rizicích domácího násilí a způsobu, jak se mu bránit</p> <p>Mít kontakty na subjekty, na které se lze obrátit</p>