

# DOMOVY PRO SENIORY

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	Běžná denní hygiena	Ranní hygiena Mytí během dne (rukou, obličeje atd.) Večerní hygiena Vysmrkání se Použití intimspreje	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 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 např. zahrnuje	Vysvětlivky	
<i>Osoba pečuje o sebe 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/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 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 např. zahrnuje	Vysvětlivky
	<b>Samostatný pohyb</b>	<b>Pohyb ve vlastním prostoru</b>	Pohyb ve vlastním prostoru	Bezpečný pohyb po místnosti Otevření a zamčení dveří, manipulace s klíčem	Mít možnost využívat vlastní prostor podle svých potřeb, možnost užívat si soukromí ve vlastním prostoru
		<b>Pohyb mimo zařízení</b>	Chůze	Chůze po rovině Chůze po schodech, v terénu	Mít k dispozici pomůcky/informace pro usnadnění bezpečného pohybu
			Pohyb mimo vlastní prostor	Pohyb po zařízení a vyjití ze zařízení	
<i>Osoba se stravuje podle svých zvyklostí a potřeb, má zajištěnou stravu</i>	<b>Zajištění stravování</b>	<b>Příprava a příjem stravy</b>	Příprava stravy	Příprava teplých a studených nápojů	Mít možnost přípravy jednoduchých jídel, nápojů, s event. fyzickou nebo slovní podporou  Mít možnost kontrolovat spotřebu vlastních potravin, mít možnost rozhodovat o jejich spotřebě nebo zlikvidování  Mít možnost najíst se/napít se způsobem podle vlastního výběru, v místě podle vlastního výběru (vlastní prostor/pokoj nebo společný prostor)
				Příprava, vaření jídel	
				Ohřívání stravy	
				Sledování doby spotřeby u potravin	
				Podání jídla na talíř (servírování)	
			Zajištění potravin	Posouzení, jaké potraviny je třeba nakoupit	Mít vždy jídlo připravené tak, aby nebylo obtížné ho sníst
			Přijímání stravy	Najedení Napití Porcování stravy	Mít k dispozici pomůcky pro usnadnění najedení/napití (např. zvýšený okraj talíře, speciální hrneček, odlehčený příbor, atd.)

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
<i>Osoba pečuje o svůj prostor/své věci, rozhoduje, jak se o něj má pečovat</i>	<b>Péče o domácnost</b>	<b>Úklid a údržba vlastního prostoru</b>	Úklid a údržba vlastního prostoru	Umytí nádobí Uložení potravin Úklid lednice Běžné udržení pořádku – dávání věcí na své místo Běžný úklid vlastního prostoru Udržení vnitřního pořádku ve skříních a v kuchyňské lince 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
Obsluha domácích spotřebičů	Obsluha pračky, čajové konvice, lednice, mikrovlnné trouby atd.	Mít možnost využít fyzickou/slovní podporu k obsluze spotřebičů			
<i>Osoba je v kontaktu se společenským prostředím a využívá běžné veřejné služby</i>	<b>Zajištění kontaktu se společenským prostředím</b>	<b>Společenské kontakty</b>	Navazování a udržování přátelských, sousedských a jiných společenských vztahů	Uskutečnění kontaktu s rodinou nebo blízkými Navazování a udržení partnerských vztahů Uskutečnění kontaktu s přáteli, sousedy, spolupracovníky, kolegy	Mít možnost se setkávat s rodinou a dalšími blízkými osobami ve vlastním prostoru nebo v jiných prostorách zařízení, mít soukromí při těchto setkáních

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
<i>Osoba je v kontaktu se společenským prostředím a využívá běžné veřejné služby</i>	<b>Zajištění kontaktu se společenským prostředím</b>	<b>Orientace</b>	Orientace	Orientace v čase (během dne, v týdnu, ročním období) Orientace ve vlastním prostoru (nalezení WC, jídelny, nalezení signalizačního zařízení apod.) Orientace mimo zařízení (ulice, zahrada, obchod apod.) Orientace v osobách (poznávání blízkých, pracovníků služby, lékařů apod.)	Mít možnost využít odborné podpory při event. oslabení orientace  Mít k dispozici nabídku pomůcek/ informací, které orientaci usnadní
		<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>Využívání běžných veřejných služeb</b>	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 a jiných institucí Navštěvování klubů, např. důchodců, knihovny Návštěva restaurace atd.	Mít možnost s event. fyzickou podporou dále využívat veřejné služby, mít informace o těchto službách a jejich možném využití
<i>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</i>	<b>Seberealizace</b>	<b>Vzdělávání</b>	Získání znalostí a dovedností	Navštěvování Univerzity 3. věku, vzdělávacích kurzů	Mít možnost využít informací/kontaktů/nabídky vzdělávání  Mít podporu při návštěvě vzdělávacích akcí

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. 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>Pracovní uplatnění</b>	Pracovní a jiné uplatnění	Uplatnění ve smysluplné činnosti (event. pracovní), dobrovolnické činnosti Pokračování pracovní činnosti	Mít přístup k informacím (poradenství, internet) o možnostech uplatnění schopností osoby nebo dobrovolnické činnosti  Mít možnost využít pomůcek/poradenství/event. fyzické podpory při pokračování v pracovní činnosti
		<b>Oblíbené činnosti</b>	Oblíbené činnosti	Čtení Poslech hudby a mluveného slova Sledování TV, videa, DVD Používání internetu Ruční práce, výtvarné činnosti Sportovní aktivity Uspokojení duchovních potřeb – setkání s duchovním, návštěva kostela Jiné oblíbené činnosti – např. péče o zvíře, sběratelství	Mít možnost realizovat své zájmy, a to individuálně nebo ve skupině  Mít možnost využít pomůcky nebo odbornou pomoc k realizaci svých zájmů
Osoba zná svůj zdravotní stav, ví, co je pro její zdraví vhodné	<b>Péče o zdraví a bezpečí (rizika)</b>	<b>Zajištění bezpečí</b>	Opatření pro zajištění bezpečí	Přivolání pomoci (např. signalizačním zařízením, telefonem apod.) Prevence pádu a zdravotních rizik spojených s onemocněním Pomůcky, které zvýší bezpečí/omezí rizika pádu nebo rizika spojená s onemocněním	Mít k dispozici bezpečnou pomůcku/ bezpečný způsob, jak přivolat pomoc Mít dostatek informací o tom, jak omezit rizika pádu a zranění  Mít podporu při hledání a využívání kompenzačních a jiných pomůcek
		<b>Zdraví</b>	Provedení jednoduchého ošetření	Použití leukoplasti, obvazu, pružného obinadla, dezinfekce atd.	Mít možnost provést drobné ošetření sebe sama
			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	Mít možnost rozhodnout se, zda k užívání léků potřebuje osoba asistenci, dohled  Mít dostatek informací k rozhodnutí o návštěvě lékaře/dodržování léčebného režimu  Být respektován ve svých rozhodnutích
	<b>Zdravá výživa</b>	Znalost zásad zdravé výživy	Znalost potravin, které prospívají/škodí Znalost optimálního množství určitého jídla	Mít dostatek informací (poradenství) o zdravé výživě	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. 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 daně z nemovitosti                      Provádění úhrady poplatků za telefon                      Provádění úhrady – jiné</p>	<p>Mít informace o tom, kdo by mohl osobě pomoci s hospodařením s finančními prostředky, mít nabídku základního poradenství</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 (důchod)</p>	<p>Mít možnost využít nabídky základního poradenství</p>
		<p><b>Základní doklady</b></p>	<p>Platné osobní doklady</p>	<p>Občanský průkaz, pas, rodný list, průkaz zdravotní pojišťovny</p>	<p>Mít podporu, dojde-li ke ztrátě, či vyprší-li platnost dokumentů</p>
		<p><b>Účast na veřejném životě</b></p>	<p>Uplatňování politických práv</p>	<p>Účast na zasedání zastupitelstva                      Uplatnění práva volit                      Uplatnění petičního práva                      Uplatňování práva být členem politické strany</p>	<p>Mít k dispozici informace o možnosti realizovat politická práva</p> <p>Mít podporu při realizaci politických práv</p>
		<p><b>Ochrana práv</b></p>	<p>Ochrana před zneužíváním</p>	<p>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</p>	<p>Mít možnost využít informace, event. podporu při ochraně svých práv</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>