

Osobní asistence

Záznam individuální přímé práce pracovníka s uživateli – Osobní asistence

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	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 Nalakování nehtů Ostříhání nehtů na nohou		
			Péče o oči	Umytí 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	Výkon fyziologické potřeby		Použití WC Použití toaletního křesla

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky	
		fyziologické potřeby		Výměna inkontinenčních pomůcek Výměna menstruačních vložek		
<i>Osoba pečuje o sebe dle svých potřeb a zvyklostí</i>	Zvládnání 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	Posazení na lůžku Změna polohy těla na lůžku Manipulování s polohovatelným lůžkem Manipulace s dekou a polštářem Podání věcí ze stolku (pití, kniha, kapesník apod.)	Mít k dispozici pomůcky/informace/fyzickou podporu pro bezpečnou a komfortní změnu polohy Být respektován v rozhodování o způsobu podpory Mít podporu při vyhledání a používání pomůcek	
			Vstávání a uléhání na lůžko, usedání na vozík	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
			Pohyb ve	Bezpečný pohyb po místnosti,		Mít k dispozici pomůcky/informace/

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky	
		vlastním prostoru	Pohyb ve vlastní domácnosti	v domácnosti	fyzickou podporu pro bezpečný pohyb ve vlastním prostoru, pro přizpůsobení vlastního prostoru svým potřebám	
				Otevření a zamčení dveří bytu nebo domu, domovní zvonek		
				Zvládání bariér, klik, koberců, prahů, rohů		
		Pohyb mimo domácnost	Chůze	Chůze po rovině	Mít k dispozici pomůcky/informace/fyzickou podporu pro bezpečný pohyb mimo domov	
				Chůze po schodech		
			Pohyb mimo vlastní domácnost	Pohyb po domě a vyjítí z domu		
				Pohyb mimo dům		
Znalost cesty						
Zvládání rizikových míst (přechody apod.)						
<i>Osoba se stravuje podle svých zvyklostí a potřeb, má zajištěnou stravu</i>	Zajištění stravování	Zajištění potravin	Nákup potravin	Posouzení, jaké potraviny je potřeba nakoupit	Mít k dispozici informace/slovní nebo, fyzickou podporu při nákupu, uschování potravin a sledování data jejich spotřeby	
				Uchování potravin		
				Sledování data spotřeby		
		Zajištění dodavatele stravy		Volba optimálního dodavatele stravy	Mít k dispozici informace důležité pro výběr optimálního dodavatele stravy, nebo veřejného stravování	
				Volba optimálního veřejného stravování – restaurace, jídelny		
		Příprava stravy		Příprava stravy	Příprava studených a teplých nápojů	Mít informace/fyzickou/slovní podporu při přípravě jídel, nápojů
					Příprava/vaření jídla	
					Ohřívání stravy	
					Podání jídla na talíř (servírování)	
		Příprava a příjem stravy		Přijímání stravy	Napití	Mít podporu – možnost najíst se/napít se způsobem podle vlastního výběru
Najedení	Mít vždy jídlo připravené tak, aby nebylo obtížné ho sníst					
Porcování stravy	Mít k dispozici pomůcky pro usnadnění najedení/napití (např. zvýšený okraj talíře, speciální hrneček, odlehčený					

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky	
					příbor atd.)	
Osoba pečuje o svou domácnost podle svých potřeb a zvyklostí/má zajištěnou péči o svou domácnost podle svých potřeb a zvyklostí	Péče o domácnost	Domácnost	Úklid a údržba domácnosti	Umytí nádobí	Mít podporu při péči o domácnost/být respektován ve svých rozhodnutích, jakým způsobem bude domácnost udržována	
				Uložení věcí		
				Úklid lednice a mrazničky		
				Běžné udržení pořádku - ukládání věcí na své místo		
				Běžný úklid domácnosti (setření prachu, vytření podlah, úklid koupelny, WC)		
				Udržení vnitřního pořádku ve skříních a v kuchyni		
				Rozpoznání, jaké čisticí prostředky či vybavení je třeba do domácnosti koupit a schopnost tyto prostředky použít		
				Péče o květiny - zalévání, přesazování		
				Obsluha domácích spotřebičů	Obsluha pračky, trouby, lednice, mikrovlnné trouby atd.	Mít podporu při péči o oblečení a obutí/ být respektován ve svých rozhodnutích, jakým způsobem budou ošacení či obuv udržovány
		Péče o oblečení a boty	Praní prádla			
			Přepírání drobného prádla			
			Sušení prádla			
			Žehlení prádla			
			Uložení prádla			
Drobné opravy prádla						
Péče o lůžko	Stlaní	Mít podporu při péči o lůžko/být respektován v rozhodnutí, jak pečovat o lůžko				
	Převlékání lůžkovin					
Technická péče o domácnost	Udržení tepelné pohody v bytě nebo domě	Větrání	Mít informace o obsluze spotřebičů, mít podporu při jejich obsluze, být respektován při volbě tepelné pohody v bytě			
		Topení včetně zajištění topiva				
		Obsluha karmy, radiátorů, či jiných spotřebičů pro zajištění tepla a teple vody				
		Nakládání s odpady	Třídění odpadu - v případě zájmu			
			Odnášení odpadu			
	Zajištění	Orientace	Orientace v místě, čase, osobách	Orientace v čase (během dne, v týdnu,		

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>	kontaktu se společenským prostředím			ročním období)	Mít možnost využít odbornou podporu při oslabení/ztrátě orientace	
				Orientace ve vlastní domácnosti (nalezení WC, kuchyně apod.)		
				Orientace mimo domov (ulice, zahrada, obchod apod.)		Mít k dispozici nabídku pomůcek/informací, které orientaci usnadní
				Orientace v osobách (poznávání blízkých, pracovníků služby, lékařů apod.)		Mít podporu při snížené orientaci v osobách
	Společenské kontakty	Navazování a udržování přátelských, sousedských a jiných vztahů			Kontakt s rodinou nebo blízkými	Mít možnost využít podporu potřebnou k navázání a udržování společenských kontaktů se znalostí a s respektem k danému omezení
					Navazování/udržování partnerských vztahů	
					Kontakt s přáteli, sousedy, spolupracovníky, kolegy	
	Komunikace	Schopnost srozumitelně se vyjádřit			Dostatečná slovní zásoba pro vyjádření vlastních potřeb a navázání kontaktu	Mít podporu při rozvíjení schopnosti komunikovat – rozšiřovat slovní zásobu, vyjadřovat se způsobem, který je úměrný věku a ve společnosti obvyklý
					Schopnost alternativní komunikace, kterou lze vyjádřit potřeby a navázat kontakt	
	Využívání běžných veřejných služeb			Využívání běžných veřejných služeb	Využívání pošty	Mít možnost s event. fyzickou podporou dál využívat veřejné služby
					Využívání banky	
					Navštěvování obecního úřadu, úřadu práce	
Navštěvování klubů, např. zájmových, knihovny					Mít informace o těchto službách a jejich možném využití	
Návštěva čistírny, opravny, servisu atd.					Mít informace o dalších subjektech, které mohou zprostředkovat návštěvu sociálních aktivit (poradenství – kontakty na dobrovolnické a jiné subjekty)	
Návštěva restaurace, kina, divadla						
Nakupování v obchodech (orientace, výběr a zaplacení zboží)						
Využití kadeřnictví, pedikúry, manikúry						
Seberealizace	Vzdělávání		Získání znalostí a dovedností	Doprovod do školského nebo jiného vzdělávacího zařízení	Mít možnost využít fyzickou podporu při návštěvě vzdělávacího zařízení	
				Podpora při zvládnání nároků	Mít možnost využít podporu při	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
<p><i>Osoba se realizuje v práci/ve smysluplné činnosti</i></p> <p><i>Osoba tráví volný čas podle svých přání a potřeb</i></p>		Pracovní uplatnění	Příprava na zaměstnání	vzdělávání	organizaci studia, plánování splnění studijních povinností
				Volba pracovního uplatnění a příprava na něj	Mít informace o možnostech pracovního uplatnění, subjektech zaměřených na pomoc při volbě povolání
				Hledání pracovního uplatnění, dobrovolnická činnost	<p>Mít informace/podporu při přípravě na pracovní uplatnění (možnost návštěvy cvičného pracoviště, možnost informativní návštěvy možného pracoviště, podpora v nalezení motivace k práci)</p> <p>Mít možnost využít informace/podpory při hledání pracovního uplatnění, podpory při zajištění podmínek pro podnikání, např. živnostenský list</p> <p>Mít možnost využít informace o možné dobrovolnické činnosti/využít podpory při výkonu dobrovolnické činnosti</p>
			Zaměstnání	Uplatňování práva na pomoc úřadu práce při hledání zaměstnání	Mít možnost využít informace/podporu při návštěvě úřadu práce, nebo při jednání na úřadu práce (práva podle zákona o zaměstnanosti)
				Docházka do zaměstnání	Mít informace/fyzickou podporu při docházení/dojíždění do zaměstnání (např. nácvik dojíždění, informace o optimálních spojích)

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
		Oblíbené činnosti	Oblíbené činnosti	Znalost možností a umění naplánovat oblíbené činnosti 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, sběratelství	Mít informace/mít fyzickou podporu při realizaci oblíbených činností Mít podporu při rozhodování, jak příjemně strávit čas Mít informace o možnostech sportovního využití, o možnosti návštěv klubů, společenských akcí
<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 zdravotních rizik spojených s onemocněním	Mít k dispozici pomůcku např. mobilní telefon/mít informace o způsobu, jak přivolat pomoc Mít dostatek informací o tom, jak omezit rizika pádu a zranění 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
				Využívání pomůcek, které zvýší bezpečí/omezí rizika pádu, nebo rizika spojená s onemocněním	
		Zdraví	Provedení jednoduchého ošetření	Použití leukoplastu, obvazu, pružného obinadla, dezinfekce atd. Zásobování lékárníčky prostředky k základnímu ošetření	Mít informace o postupech drobného ošetření Mít podporu/informace o tom, co je třeba k drobnému ošetření
				Dodržování léčebného režimu	Zajištění potřebných léků Užívání léků v lékařem stanovené době Rehabilitace – např. dodržení doporučení fyzioterapeuta, včetně pravidelného cvičení

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
				Pití tekutin v dostatečném množství	
				Dodržování diety	
Absolvování lékařských vyšetření					
Prevence zdravotních rizik					
Využití kompenzačních pomůcek (hole, berle, protézy, brýle, naslouchadla, apod.)					
		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	Mít možnost využít informace/podporu při rozvržení příjmu a provádění úhrad (např. podpory při vytváření přehledu plateb a termínů splatnosti)
				Provádění úhrad spojených s bydlením	
				Provádění úhrady daně z nemovitosti	
				Provádění úhrady poplatků za telefon	
				Provádění úhrady zdravotního a sociálního pojištění	
				Provádění úhrady – jiné	
			Řešení dluhů a exekucí	Jednání s věřiteli	Mít podporu při odpovědném řešení dluhů, hledání optimálního rozvržení finančních prostředků tak, aby dluhy mohly být uhrazeny
				Přijetí opatření k minimalizaci rizik plynoucích z dluhů (ztráta majetku, bytu apod.)	
			Uzavírání smluv	Jednání s orgánem, který nařídil exekuci	Mít informace o speciálních službách, které se dluhovou problematikou zabývají
				Uzavření smlouvy o nájmu	Mít informace/podporu při uzavírání smluv
			Nakládání s majetkem	Uzavření kupní smlouvy (jiné než běžný nákup v obchodě)	Mít informace/kontakty na subjekty zabývající se touto oblastí (notář, advokátní kancelář, občanská poradna)
				Převedení majetku	Mít možnost využít informace o subjektech zabývajících se poradenstvím, realizací převodů, pronájmů nemovitostí atd.)
				Pronájem nemovitosti (bytu, nebo jeho části, domu, zahrady, chalupy atd.)	Mít podporu při návštěvě, event. jednání
			Darování majetku		

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
				Požádání o nenárokové dávky	s těmito subjekty
				Uplatnění práva na hmotné zabezpečení ve stáří, v invaliditě (důchod)	Mít možnost využít informace o podmínkách nároku na sociální dávky a výhody, o podmínkách nároku na důchod Mít možnost využít podpory při návštěvě přísl. institucí, event. při jednáních s nimi
		Základní doklady	Platné osobní doklady	Zajištění platných dokladů (např. občanský průkaz, pas, rodný list, průkaz zdravotní pojišťovny)	Mít informace/mít podporu při vyřizování osobních dokladů, mít doprovod na přísl. instituce
		Účast na veřejném životě	Uplatňování politických práv	Účast na zasedání zastupitelstva	Mít možnost využít informace, event. podporu, při uplatnění politických práv, mít podporu při návštěvě přísl. míst nebo při vypracování písemných podání
				Uplatnění práva volit	
				Uplatnění petičního práva	
				Uplatňování práva být členem politické strany	
		Ochrana práv	Ochrana před zneužíváním	Ochrana práv v oblasti sousedských, či občanských vztahů	Mít možnost využít informace, event. podpory 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 mu bránit
				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					
Podpora rodičovských kompetencí	Péče o děti	Zabezpečení plnění školních povinností dětí	Docházka do školy	Mít možnost využít informace/podpory při kontaktu se školou, kterou dítě navštěvuje	
			Příprava do školy		
			Kontakt se školou Využití navazujících služeb	Mít možnost využít informace/podpory při plnění rodičovských povinností	

Výsledná kompetence	Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje	Vysvětlivky
Osoba zajišťuje péči o děti odpovídající věku a zdravotnímu stavu				Doučování	spojených s 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 (doučování) a o tom, kdo je zajišťuje
			Zajištění péče o dítě v domácím prostředí	Zajištění odpovídající stravy	Mít podporu při péči o dítě/děti v domácím prostředí, mít informace /kontakty na poradenské subjekty, návazné/speciální služby (např. raná péče)
				Osobní hygiena dítěte	
				Péče o malé dítě	
Zajištění smysluplného trávení volného času dětí	Mít možnost využít informace o možnostech trávení volného času pro děti				