



**MESTO BANSKÁ BYSTRICA**  
**MESTSKÝ ÚRAD, Odbor sociálnych vecí**  
**Oddelenie služieb dlhodobej starostlivosti**

**Príloha**  
k žiadosti o poskytnutie,  
alebo zabezpečenie  
poskytovania  
sociálnej služby

## **ÚKONY SEBAOBSLUHY, ÚKONY STAROSTLIVOSTI O DOMÁCNOSŤ A ZÁKLADNÉ SOCIÁLNE AKTIVITY PRI OPATROVATEĽSKEJ SLUŽBE**

1. **Meno a priezvisko:** .....
2. **Dátum narodenia:** ..... **Rodné číslo:** .....
3. **Trvalý pobyt:** ..... **PSČ:** .....
4. **Stupeň odkázanosti na pomoc inej fyzickej osoby** .....
5. **Priemerný rozsah odkázanosti:** ..... h/deň (..... h/mesiac)

V prílohe č. 4 zákona č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách a o zmene a doplnení zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní (živnostenský zákon) v znení neskorších predpisov sú upravené sebaobslužné úkony, úkony starostlivosti o svoju domácnosť a základné sociálne aktivity nasledovne:

### **1) Sebaobslužné úkony**

#### **a) Hygiena**

- 1. osobná hygiena
  - hygienická starostlivosť o jednotlivé časti tela: ruky, tvár, zuby, nechty (holenie, česanie, umývanie, make-up, odličovanie, strihanie nechtov na rukách a nohách, aplikácia krémov, masť, prípadne medikamentov)
- 2. celkový kúpeľ
  - hygienická starostlivosť o celé telo vo vani, prípadne v sprche s umytím vlasov (celkový kúpeľ sa vykonáva vždy vo vani alebo v sprchovacom kúte)
  - u imobilných klientov sa celkový kúpeľ vykonáva na lôžku klienta z dôvodu rizika úrazu

#### **b) Stravovanie a dodržiavanie pitného režimu**

- 1. porciovanie stravy
- 2. obsluha (prinesenie stravy a nápoja na dosah klienta)
- 3. kŕmenie a pomoc pri pití

#### **c) Vyprázdňovanie močového mechúra a hrubého čreva**

- 1. sprievod na toaletu
- 2. pomoc pri vyzliekaní a obliekaní



## Príloha

k žiadosti o poskytnutie,  
alebo zabezpečenie  
poskytovania  
sociálnej služby

- 3. účelná očista po toalete
- 4. sprievod z toalety
- 5. podanie podložnej misy alebo močovej fľaše s následným očistením
- 6. ochrana osobnej a posteľnej bielizne pred znečistením (nasadenie a výmena plienky)

### d) Obliekanie a vyzliekanie

- 1. výber oblečenia (rozpoznanie jeho správneho vrstvenia a farieb)
- 2. obliekanie a obúvanie
- 3. vyzliekanie a vyzúvanie

### e) Mobilita a motorika

- 1. sprievod pri chôdzi (chôdza po rovine a schodoch)
- 2. pomoc pri vstávaní z lôžka a líhaní na lôžko
- 3. polohovanie
- 4. pomoc pri manipulácii s predmetmi (napr. pri uchopení lyžičky, zapínaní gombíkov)
- 5. obsluha a premiestňovanie predmetov dennej potreby

### f) Dodržiavanie liečebného režimu

- 1. nákup liekov, podávanie liekov, a aplikácia mastí
- 2. kontrola glykémie glukomerom,
- 3. odmeranie krvného tlaku, pulzu a telesnej teploty
- 4. aplikácia liečiva subkutánne (napríklad inzulínu)
- 5. polohovanie

## 2) Úkony starostlivosti o domácnosť

- a) nákup potravín a iného drobného spotrebného tovaru sa nakupuje v množstve, ktorého rozsah spotreby je maximálne do 2 dní
- b) príprava jedla, varenie a zohrievanie jedla
- c) donáška jedla do domu
- d) umytie riadu
- e) bežné upratovanie v domácnosti (vysávanie, utretie prachu, umytie sociálnych zariadení, bežné upratovanie nie je umývanie okien), a prioritne sa poskytuje klientovi, ktorý je prijímateľom opatrovateľskej služby, nie spoločne žijúcim osobám.
- f) obsluha bežných domácich spotrebičov
- g) starostlivosť o bielizeň (pranie, žehlenie)
- h) starostlivosť o lôžko
- i) vynášanie drobného odpadu do zbernej smetnej nádoby
- j) donáška uhlia, dreva, vody; kúrenie, čistenie, vynesenie popola
- k) ďalšie jednoduché úkony spojené s prevádzkou a udržiavaním domácnosti – administratívne úkony spojené s vedením domácnosti, napr. zabezpečenie úhrady platieb a pod.



## Príloha

k žiadosti o poskytnutie,  
alebo zabezpečenie  
poskytovania  
sociálnej služby

### 3) Základné sociálne aktivity

#### a) Sprievod, ktorý je zahrnutý v počte poskytovaných hodín za pracovný týždeň

- 1. na lekárske vyšetrenie
- 2. na vybavenie úradných záležitostí
- 3. do a zo školy; do a zo zamestnania
- 4. pri záujmových činnostiach

#### b) Predčítanie

- 1. pre nevidiacu, alebo prakticky nevidiacu fyzickú osobu, najmä pri vybavovaní úradných záležitostí, úradnej a osobnej korešpondencie a pri nakupovaní

#### c) Tlmočenie

- 1. pre nepočujúcu fyzickú osobu alebo osobu, ktorá má ťažkú obojstrannú nedoslýchavosť, najmä pri vybavovaní úradných záležitostí, návšteve lekára a záujmových činnostiach
- 2. pre hluchoslepú fyzickú osobu, najmä pri vybavovaní úradných záležitostí, korešpondencie, pri nakupovaní, návšteve lekára a pri záujmových činnostiach

### 4) Časové určenie (pre dohľad pri úkonoch sebaobsluhy, starostlivosti o svoju domácnosť a pri vykonávaní základných sociálnych aktivít – ďalej len „dohľad“)

- a) potreba dohľadu v určenom čase
- b) potreba nepretržitého dohľadu

Požadovaný časový rozsah opatrovateľskej služby spolu ..... h/deň ..... h/týždeň

### Úhrada za opatrovateľskú službu:

Druh úkonov	Cena	Rozdelenie
1) Sebaobslužné úkony	1,50 €/h	
3) Základné sociálne aktivity		
4) Časové určenie		
2) Úkony starostlivosti o domácnosť	2,50 €/h	
OSL poskytovaná deťom do 18.roku veku	1,00 €/h	

Dňa .....

.....  
podpis žiadateľa  
(zákonného zástupcu)

