**MESTSKÝ ÚRAD, Odbor sociálnych vecí**

**Oddelenie služieb dlhodobej starostlivosti**

**ÚKONY SEBAOBSLUHY, ÚKONY STAROSTLIVOSTI O SVOJU DOMÁCNOSŤ, ZÁKLADNÉ SOCIÁLNE AKTIVITY A DOHĽAD**

**PRI POSKYTOVANÍ OPATROVATEĽSKEJ SLUŽBY**

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, mastí, 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

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 manipulácií 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 svoju domácnosť**

a) nákup potravín a iného drobného spotrebného tovaru (nosenie bremien pri dodržiavaní hmotnostných hodnôt a ďalších minimálne bezpečnostných a zdravotných požiadaviek pri ručnej manipulácii s bremenami, zákon č. 355/2007 Z.z.)

b) príprava jedla, varenie a zohrievanie jedla

c) donáška jedla do domu

d) umytie riadu

e) bežné upratovanie v domácnosti najmä (vysávanie, utretie prachu, umývanie podláh, sociálnych zariadení - WC, kúpelňa, utieranie prachu)

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.

**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 školy a školského zariadenia, zo školy a školského zariadenia, do zamestnania 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) Sprostredkovanie komunikácie**

1. pre nepočujúcu fyzickú osobu, alebo osobu, ktorá má ťažkú obojstrannú nedoslýchavosť, najmä pri nakupovaní a záujmových činnostiach

2. pre hluchoslepú fyzickú osobu, najmä pri nakupovaní a záujmových činnostiach

**4) Dohľad**

1. pri úkonoch sebaobsluhy, úkonoch starostlivosti o svoju domácnosť a pri vykonávaní základných sociálnych aktivít (ďalej len „dohľad)

2. potreba dohľadu v určenom čase

**Požadovaný časový rozsah a úhrada za opatrovateľskú službu:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Opatrovateľská služba** | **Výška úhrady** | **Požadovaný časový rozsah** |
| Fyzická osoba nad 18. rokov | 2,30 €/h |  |
| Fyzická osoba do 18. rokov | 1,15 €/h |  |

Dňa ................................

….................................…...............................

podpis žiadateľa

(zákonného zástupcu)