



**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 SVOJU DOMÁCNOSŤ, ZÁKLADNÉ SOCIÁLNE AKTIVITY A DOHLÁD 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, 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 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, kúpeľňa, 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.



## 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 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)

