

**REGIONÁLNÍ KARTA DOMOV PRO SENIORY**

Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje
<b>Osobní hygiena</b>	<b>Denní hygiena</b>	Běžná denní hygiena	Ranní hygiena Mytí během dne (rukou, obličeje atd.) Večerní hygiena Vysmrkání se Použití intimspreje
		Péče o ústa	Vyčištění zubů Péče o zubní náhrady – očištění Péče o dutinu ústní 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
		Péče o uši	Čištění uší Nasazení naslouchadla Čištění naslouchadla Výměna baterií v naslouchadle
	<b>Mytí a koupání</b>	Mytí těla a koupání	Mytí celého těla Sprchování Koupání Ošetření pokožky, včetně nohou, po koupeli nebo sprše
	<b>Výkon fyziologické potřeby</b>	Výkon fyziologické potřeby	Použití WC Použití toaletního křesla Výměna inkontinenčních pomůcek Vypuštění sběrného sáčku na moč

Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje
<b>Zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu</b>	<b>Oblékání</b>	Oblékání, svlékání	Volba vhodného oblečení a doplňků (počasí, příležitost a vhodné vrstvení) 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 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
<b>Samostatný pohyb</b>	<b>Změna polohy</b>	Změny polohy na lůžku	Změna polohy těla na lůžku Polohování na lůžku Posazení na lůžku Manipulace s dekou a polštářem Podání věcí ze stolku (pití, kniha, kapesník atd.) Manipulování s polohovatelným lůžkem
		Vstávání a uléhání na lůžko	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
	<b>Manipulace s předměty</b>	Přemísťování a manipulace s předměty denní potřeby	Přemísťování předmětů denní potřeby Manipulace se závěsy, žaluziemi, roletami apod.

Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje
<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
	<b>Pohyb mimo zařízení</b>	Chůze	Chůze po rovině Chůze po schodech Chůze s kompenzační pomůckou Chůze s dopomocí druhé osoby
		Pohyb mimo vlastní prostor	Pohyb po zařízení a vyjití z objektu
<b>Zajištění stravování</b>	<b>Příprava a příjem stravy</b>	Příprava stravy	Příprava teplých a studených nápojů
			Příprava, a úprava stravy
			Ohřívání stravy
			Sledování doby spotřeby u potravin
			Podání jídla na talíř (servírování)
	Zajištění potravin	Posouzení, jaké potraviny je třeba nakoupit	
Přijímání stravy	Podání stravy Napití Porcování stravy		

Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje
<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 – dát věci na své místo Běžný úklid vlastního prostoru Udržení vnitřního pořádku ve skříních a v kuchyňské lince Péče o květiny – zalévání, přesazování
		Péče o lůžko	Stlaní Převlékání 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
			Udržování tepelného komfortu, obsluha spotřebičů
	Obsluha domácích spotřebičů	čajové konvice, lednice, mikrovlnné trouby atd.	
<b>Zajištění kontaktu se společenským prostředím</b>	<b>Společenské kontakty</b>	Navazování a udržování přátelských, sousedských a jiných vztahů	Uskutečnění kontaktu s rodinou nebo blízkými Uskutečnění kontaktu s přáteli, sousedy, spolupracovníky, kolegy

Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje
<b>Zajištění kontaktu se společenským prostředím</b>	<b>Orientace</b>	Orientace v čase, v místě, v osobách	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 novém místě, dojetí nebo dojití na dříve nenavštívené místo Orientace v osobách (poznávání blízkých, pracovníků služby, lékařů apod.)
	<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
	<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, úřadu práce Navštěvování, knihovny v zařízení Návštěva restaurace
<b>Seberealizace</b>	<b>Vzdělávání</b>	Získání znalostí a dovedností	Navštěvování Univerzity 3. věku, vzdělávacích kurzů
	<b>Oblíbené činnosti</b>	Oblíbené činnosti	Společenské akce, Zpívání Posezení ve společenské místnosti Reminiscenční terapie, Aromaterapie, Snoezelen Perličkové koupele Mobilní zahrádky Čtení, poslech hudby, ruční práce

Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje
<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 jiného zranění Prevence zdravotních rizik spojených s onemocněním Pomůcky, které zvýší bezpečí/omezí rizika pádu nebo rizika spojená s onemocněním
	<b>Zdraví</b>	Provedení jednoduchého ošetření	Použití leukoplasti, obvazu, pružného obinadla, dezinfekce atd.
		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
	<b>Zdravá výživa</b>	Znalost zásad zdravé výživy	Znalost potravin, které prospívají/škodí Znalost optimálního množství určitého jídla
<b>Uplatňování práv a oprávněných zájmů a obstarávání osobních záležitostí</b>	<b>Finanční a majetková oblast</b>	Hospodaření s finančními prostředky	Rozvržení příjmu tak, aby byly pokryty všechny platby Provádění úhrad spojených s bydlením Provádění úhrady poplatků za telefon Provádění úhrady - jiné
		Nakládání s majetkem	Převedení majetku Darování majetku
		Využití sociálních dávek a jiných výhod	Uplatnění nároku na nárokové dávky + výhody, např. průkaz ZTP, příspěvek na péči Požádání o nenárokové dávky Uplatnění práva na hmotné zabezpečení ve stáří, v invaliditě (důchod)

Oblast potřeb	Téma	Potřeba uživatele	Co daná potřeba např. zahrnuje
<b>Uplatňování práv a oprávněných zájmů a obstarávání osobních záležitostí</b>	<b>Základní doklady</b>	Platné osobní doklady	Občanský průkaz, rodný list, pas, průkaz zdravotní pojišťovny
	<b>Účast na veřejném životě</b>	Uplatňování politických práv	Uplatnění práva volit Uplatnění petičního práva
	<b>Ochrana práv</b>	Ochrana před zneužíváním	Ochrana práv v oblasti sousedských, či 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