

# Praktický průvodce pečovatelskou službou pro zájemce o službu

---

Vážená paní, vážený pane,

v rukou držíte **Praktického průvodce pečovatelské služby pro zájemce o službu**, který Vás seznámí s tím, jak pečovatelská služba funguje a jakou pomoc Vám nebo Vaším blízkým můžeme poskytnout. Dozvíte se, jak o službu zažádat, jak probíhá první setkání s pracovníky pečovatelské služby a dojednávání naší pomoci Vám. Pokud v tomto průvodci nenajdete odpovědi na některé Vaše otázky, obraťte se na nás.

## **Ředitelka – sociální pracovnice:**

Bc. Jana Tomšíková: 546 125 590, 723 278 412  
tomsikova@penzionrosice.cz

## **Vedoucí pečovatelské služby – sociální pracovnice:**

Bc. Adéla Kavková: 546 125 593, 730 164 489  
kavkova@penzionrosice.cz

## **Sociální pracovník:**

Mgr. Petr Hytych: 705 679 109  
hytych@penzionrosice.cz

## **Kanceláře:**

Penzion pro důchodce Rosice, příspěvková organizace

Kaštanová 1223, Rosice

[www.penzionrosice.cz](http://www.penzionrosice.cz)

# Komu pečovatelská služba pomáhá

---

Pokud se ocitnete v situaci, kdy potřebujete z různých důvodů (zdravotní stav, ubývající fyzické síly) pomoc druhých a přitom chcete nadále žít doma ve své domácnosti, a tuto pomoc nelze zajistit za pomoci blízkých nebo jiných dostupných služeb (zdravotní péče, úklidové firmy apod.), nastává čas obrátit se na pečovatelskou službu. Pomoc poskytujeme nejen jednotlivcům, ale i rodinám s dětmi, které se nachází v obtížné situaci (např. onemocnění dítěte, rodiče, narození vícero dětí apod.).

## Jak pečovatelská služba funguje?

---

Pečovatelská služba je poskytována:

**Ve všední dny v době od 6:30 do 21:00, o víkendech a státních svátcích od 6:00 do 21:00 v domácnostech uživatelů v Rosicích a přilehlých obcích.** Pečovatelky v dohodnuté dny a čas přichází za uživatelem domů a poskytují mu potřebnou podporu.

Před zahájením péče se s uživatelem vždy konkrétně dohodneme, jakou pomoc, kdy a jak často potřebuje, a kam má tato pomoc směřovat.

**Každému uživateli sestavujeme plán péče „na míru“ dle jeho potřeb.** Pečovatelky pomáhají uživateli pouze s tím, co uživatel nezvládne vykonat sám.

Při poskytování péče se zaměřujeme na zvyšování samostatnosti a získávání potřebných dovedností uživatelů, aby byl uživatel na pomoci pečovatelské služby, co nejméně závislý, případně ji nepotřeboval vůbec.

Uživatelům služby, pečujícím i široké veřejnosti **poskytujeme základní sociální poradenství** týkající se sociálních a zdravotních služeb, kompenzačních a inkontinenčních pomůcek, sociálních dávek a jiných běžně dostupných zdrojů podpory. Pomáháme zprostředkovat potřebné služby, které neposkytujeme. Základní sociální poradenství je poskytováno telefonicky, osobně nebo emailovou komunikací sociálními pracovníky **ve všední dny od 7:00 do 14:30.**

**Pečujícím** nabízíme možnost podělit se s námi o náročnou péči, případně zdarma prakticky ukážeme, jak provádět výměnu inkontinenčních pomůcek, jak používat kompenzační pomůcky a jak bezpečně

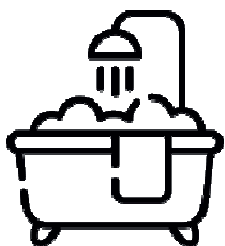
manipulovat s člověkem na lůžku či při přesunech z lůžka na vozík, aby byla péče pro pečující co nejjednodušší a příjemná. Poskytujeme informace o dalších službách, včetně potřebných kontaktů, které mohou pečujícím v péči odlehčit či je podpořit.

## Pečovatelská služba uživatelům pomáhá (příklady pomoci):

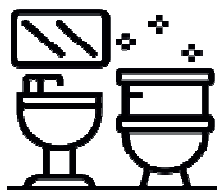
---



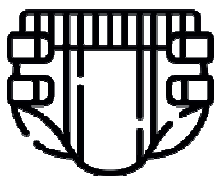
při denní hygieně (ranní a večerní hygiena, mytí během dne...); s péčí o ústa (péče o zuby či ústní náhradu, holení), vlasy (česání a mytí vlasů, včetně běžné úpravy), nehty (běžné ostříhání nevyžadující pomoc pedikérky) oči a uši (včetně nasazení brýlí, naslouchadla)...



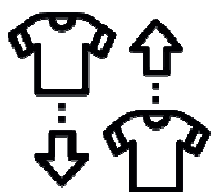
při mytí celého těla (např. na lůžku), sprchování a koupání, včetně ošetření pokožky a nohou po koupeli či sprše...



při použití wc, toaletního křesla...



při výměně inkontinenčních pomůcek, s vypuštěním sběrného sáčku na moč...



při volbě vhodného oblečení a doplňků; oblékání a svlékání jednotlivých kousků oblečení, obouvání, úpravě vzhledu...



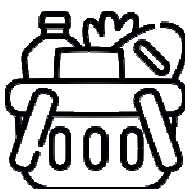
se změnou polohy na lůžku a polohováním na lůžku, při posazení, vstávání a uléhání ...



při přesunu na vozík a na lůžko, při bezpečném pohybu ve vlastní domácnosti i mimo domácnost, při přemísťování a manipulaci s předměty denní potřeby (žaluzie, závěsy)...



při přípravě jídla a nápojů, při ohřívání a podání stravy na talíř, při napití a najezení, porcování stravy, se zajištěním obědů...



s posouzením, jaké potraviny je třeba nakoupit; provedením nákupu potravin, doprovodem do obchodu, zajištěním online nákupu či zprostředkování donášky nákupů do bytu...



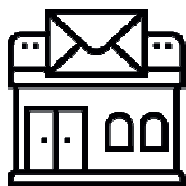
při drobném úklidu a udržení pořádku v domácnosti, při zprostředkování úklidové firmy...



při zajištění kontaktu se společenským prostředím – sousedy, s rodinou, přáteli nebo blízkými...



s orientací v čase (během dne, v týdnu, ročním období), místě (ve vlastní domácnosti i mimo ní) a osobách; podpoří Vás při komunikaci...



s využíváním veřejných služeb: návštěva či zprostředkování návštěvy pošty, banky, úřadů, knihovny, kadeřníka, restaurace...



při získávání znalostí a dovedností, při přípravě na zaměstnání, při pracovním uplatnění, při realizaci oblíbených

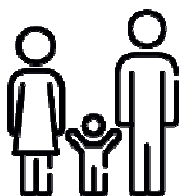
činnostech a to formou doprovodů, poradenství či zprostředkování pomoci z jiných zdrojů...



s péčí o zdraví, doprovodem k lékaři, při zajištění léků, bezpečném využívání kompenzačních pomůcek...



při hospodaření s finančními prostředky, s využíváním sociálních dávek, zajištění platných dokladů...



rodinám, které se nachází v obtížné situaci – např. z důvodu onemocnění rodiče nebo dítě, pokud má rodina více malých dětí...

## Kdo a jak může o pomoc pečovatelské služby požádat

---

Člověku, který má zájem využívat pečovatelskou službu, říkáme **zájemce o službu**.

Pokud vy nebo Váš blízký máte zájem využít pomoc pečovatelské služby, kontaktujte osobně, telefonicky nebo emailem:

- ředitelku Janu Tomšíkovou
- vedoucí pečovatelské služby Adélu Kavkovou
- sociálního pracovníka Petra Hytycha

Kontakty jsou uvedeny na první stránce průvodce.

Doporučujeme využívat především telefonický kontakt na čísla mobilních telefonů – pokud se nám nedovoláte, ozveme se Vám zpět, jakmile to bude možné.

**Během prvního rozhovoru s Vámi zjišťujeme Vaše představy a očekávání od služby a představíme Vám možnou podporu ze strany pečovatelské služby.** Již při prvním kontaktu Vám v případě potřeby poskytneme základní sociální poradenství = předáme informace o

sociálních dávkách (kde a jak o ně zažádat); o vhodných kompenzačních, rehabilitačních a hygienických pomůckách; o dalších sociálních, zdravotních či veřejných službách.

Pokud poskytujeme služby, které potřebujete, dohodneme si s Vámi (na konkrétní den a čas) schůzku u Vás doma. Této schůzce **říkáme sociální šetření**.

## Jak se připravit na sociální šetření

---

Před naším příchodem do domácnosti nemusíte provádět velký úklid - uklizenost ani stav domácnosti zájemce nehodnotíme. Naopak budeme rádi, když hned poprvé uvidíme, jak to v domácnosti vypadá v „běžném provozu“, do kterého bude pečovatelka přicházet.

Nepřipravujte nám žádné občerstvení ani nápoje. Čas na sociálním šetření využijeme raději k rozhovoru s Vámi než k pití kávy.

Nepřipravujte nám lékařské zprávy či seznamy léků, které užíváte. K poskytování péče nepotřebujeme znát podrobně zdravotní stav. Informace o zdravotním stavu, které mohou mít vliv na poskytovanou službu, zjistíme v průběhu rozhovoru s Vámi.

### **Před sociálním šetřením si odpovězte si na následující otázky:**

- Jste vy/Váš blízký ochotni přijmout pomoc pečovatelské služby? Abychom mohli péči poskytovat, je nutný souhlas zájemce o službu = budoucího uživatele služby.
- Kdo další, jak často a s čím Vám/Vašemu blízkému bude pomáhat?
- Není možné o péči požádat někoho dalšího z blízkých, sousedů či využít veřejné dostupné služby (úklidová firma, dovoz obědů z restaurace, donáška nákupů z prodejny, senior taxi...)?
- Kdy, jak často a s čím by Vám/Vašemu blízkému měla pomáhat pečovatelská služba?
- **V případě, že se vy nebo Váš blízký vrátíte z nemocnice či jiného zdravotnického zařízení, ptejte se u ošetřujícího lékaře či sociálního pracovníka zdravotnického zařízení:** jaké kompenzační pomůcky je vhodné domů zajistit (polohovací lůžko, toaletní křeslo...), zda je nutné zajistit inkontinenční pomůcky – jestli ano jaké a jakou velikost. Doporučujeme tyto pomůcky zajistit a připravit před návratem domů. Můžete se obrátit i na nás - rádi

Vám předáme potřebné informace, co je vhodné připravit a zajistit, aby péče o Vás/vašeho blízkého byla již od začátku kvalitní, bezpečná a příjemná.

## Jak probíhá sociální šetření

---

Na první schůzku u Vás doma přichází sociální pracovnice a pečovatelka. Sociální šetření je vždy přítomný zájemce o službu – člověk, kterému budou pečovatelky pomáhat. Pokud je to alespoň trochu možné, je vhodné, pokud je přítomný také někdo blízký zájemce, který mu s péčí také pomáhá.

### Na sociálním šetření zjišťujeme tyto informace:

- Důležité informace o zájemci (jméno, datum narození, adresa...) a informace potřebné ke zjištění, zda jsme zájemci oprávněni péči poskytnout (zda zájemce spadá do naší cílové skupiny, jestli nejde péči zajistit ze strany blízkých či jiných dostupných služeb; poskytujeme péči, kterou zájemce potřebuje...).
- Praktické informace potřebné ke kvalitnímu poskytování služby (jak bude pečovatelka vstupovat do domácnosti, zda budeme mít pečovatelka svěřený klíč od domácnosti...).
- Zjišťujeme potřeby a očekávání zájemce, domlouváme se, jaké potřeby zvládá pokrýt zájemce z vlastních zdrojů, za pomoci blízkých a jiných veřejných či komerčních služeb.
- Zjišťujeme, jakou podporu (jak často a v jaké míře) zájemce potřebuje od pečovatelské služby.

Pokud zájemce potřebuje podporu nebo pomoc, kterou nelze zajistit pomocí ze strany rodiny ani pečovatelské služby, poskytneme zájemci potřebné informace a kontakty v rámci základního sociálního poradenství, případně mu tuto pomoc pomůžeme zprostředkovat (např. zajištění domácí zdravotní péče, úklidové firmy, mobilní pedikérské služby, pomoc hodinového manžela...).

## Dohoda o péči a uzavření smlouvy o poskytování pečovatelské služby

---

Na základě zjištěných informací probíhá vzájemná **dohoda o péči** – konkrétně se dohodneme, které dny, v kterém čase a s čím Vám bude

pečovatelka pomáhat a kam má tato pomoc směřovat. Vyjasníme si, jakou míru dopomoci od pečovatelek potřebujete (zda pečovatelka poskytuje dohled při provádění úkonů, částečnou či úplnou dopomoc) a kdy bude pomoc pečovatelské služby zahájena. Také se dohodne, co bude zájemce zvládat a dělat sám, s čím budou pomáhat blízcí a jaké jiné služby bude zájemce využívat (např. úklidová firma, senior taxi apod.).

Je vypracována **smlouva o poskytování pečovatelské služby**, kde je uvedeno, s čím a jak často pečovatelka bude pomáhat. Jakmile zájemce smlouvu podepíše, **stává se uživatelem služby** a pomoc pečovatelek může být zahájena. O obsahu smlouvy, právech a povinnostech uživatelů i pečovatelské služby Vás informujeme již na sociálním šetření. Předáme Vám všechny potřebné informace také v písemné podobě.

## Jak probíhá pomoc pečovatelek

---

Po podepsání smlouvy pečovatelky v domluvené dny a čas dochází k uživateli do domácnosti a poskytují dohodnutou podporu a pomoc. Pečovatelky přizpůsobují míru dopomoci potřebám uživatelů, zároveň je podporují v co největší samostatnosti a soběstačnosti.

Pokud v průběhu služby dojde ke změnám např. ve zdravotním stavu a potřebách podpory, s uživatelem se dohodneme na potřebných změnách v péči, služby navýšíme či omezíme.

\*\*\*\*\*

### **Příběh paní Jaromíry – příklad dobré spolupráce uživatele, rodiny a pečovatelské služby**

Paní Jaromíře je 78 let. Minulou zimu na náledí upadla a zlomila si nohu. V nemocnici podstoupila dvě operace, protože zlomenina byla komplikovaná. Po druhé operaci prodělala slabou mozkovou příhodu. V nemocnici nakonec byla skoro 5 měsíců, učila se znovu samostatně chodit, najíst se – s většinou věcí však stále potřebovala pomoc druhé osoby. Dceři zavolali z nemocnice, že za týden bude maminka propuštěna domů. Paní Jaromíra ani dcera nevěděly co dělat, paní Jaromíra totiž bydlí v 3. patře bez výtahu, stále nevyjde sama schody. Dcera bydlí 150 km daleko, má malé děti a chodí do práce. Paní Jaromíra se stěhovat k dceři nechce, nevychází se zetěm a ve svém městě má všechny kamarádky, lékaře. Paní Jaromíra má strach, jak to doma sama zvládne. Nedovede si



představit, že by se měla odstěhovat ze svého bytu do domova pro seniory. Praktický lékař paní Jaromíry dceři doporučil kontaktovat pečovatelskou službu.

## **První kontakt se sociální pracovníci pečovatelské služby**

Dcera paní Jaromíry nás ihned telefonicky kontaktovala. Během prvního rozhovoru jsme jí poradili, **jak před návratem maminky přizpůsobit domácnost a jaké kompenzační pomůcky zajistit.** Dcera z půjčovny kompenzačních pomůcek zapůjčila polohovací postel, protože se paní Jaromíra z nízké, co má doma, nezvládne sama postavit. Také půjčila toaletní křeslo, chodítko a sedátko do vany. S manželem odmontovali všechny prahy v bytě a v koupelně a u záchodu přidělali madla. Přeskládali v bytě nábytek, aby se maminka mohla dobře pohybovat po celém bytě i s chodítkem.

## **Návrat domů**

Když se paní Jaromíra vrátila z nemocnice, vzala si dcera týden dovolenou, aby mohla s maminkou být a starat se o ni. Mamince objednala obědy z restaurace a domluvila, že jí pracovník rozvozu bude nosit oběd až do bytu. Ihned odvezla zprávy k lékaři a podala žádost o příspěvek na péči.

## **Sociální šetření v domácnosti paní Jaromíry**

My jsme paní Jaromíru navštívili v domácnosti druhý den po návratu z nemocnice. Paní Jaromíra s dcerou už věděli, co paní Jaromíra zvládne sama a s čím jí bude muset pomáhat druhá osoba. Dohodli jsme se, že paní Jaromíře budeme 2 x týdně pomáhat při sprchování, vynášet odpadky a vylívat každý den ráno toaletní křeslo, které má u postele a využívá je večer, aby při cestě na toaletu neupadla. Pečovatelka bude připravovat snídaně a večeře, dokud se paní Jaromíra nenaučí zcela bezpečné chůzi s chodítkem, aby si na něm jídlo i nápoje mohla převážet ke stolu sama. Paní Jaromíra se zvládne sama obléknout a najíst, zvládá chůzi s chodítkem po bytě. S dcerou jsme se dohodli, že za maminkou bude jezdit 1 x za 14 dní na víkend, kdy doma uklidí, vypere prádlo a nakoupí větší nákup potravin. Dcera také domluvila se sousedkou z domu, že mamince 2 x týdně nakoupí čerstvé pečivo a ovoce.

## **Po měsíci....**

Paní Jaromíra zjistila, že už si zvládne sama chystat jídlo a nepotřebuje používat toaletní křeslo. Dcera jej proto vrátila do půjčovny. Při chůzi s chodítkem si byla jistá. Paní Jaromíra požádala na kontrole ortopeda, zda by jí předepsal chodítko na poukaz přes pojišťovnu, aby měla své vlastní a to z půjčovny mohla také vrátit. Pečovatelky začaly jezdit pouze 2x týdně pomáhat při sprchování, protože paní Jaromíra má v bytě vysokou vanu a má strach, aby zase neupadla. Sousedka, která paní Jaromíře občas nakupovala, za ní začala chodit na návštěvy a staly se z nich kamarádky.

### **Po půl roce...**

Paní Jaromíra požádala pečovatelku, aby jí jezdila pomáhat při sprchování pouze jednou týdně, kdy si umývá vlasy – má strach, aby se jí při záklonu hlavy nezatočila hlava a znovu neupadla. Běžné sprchování už zvládá sama. Dcera mamince zajistila paní na úklid, která chodí 1 x týdně. Volný čas o víkendu využila dcera tak, že s maminkou začala trénovat chůzi ze schodů. Na velké nákupy nyní jezdí spolu. Paní Jaromíra v obchodě využívá chodítko. Je šťastná, protože v obchodě nebyla víc jak rok!

Paní Jaromíře jsme doporučili vyřídit si senior taxi. Taxikář paní Jaromíru vyzvedne v bytě a snese jí chodítko dolů, sama už sejde schody bez dopomoci. Paní Jaromíra nyní jezdí každý měsíc sama na pedikúru a ke kadeřnici. Může si sama nakoupit zákusky a pozvat kamarádky na kávu.

## **Nejčastější otázky zájemců o službu a odpovědi na ně:**

---

### **Kolik stojí pečovatelská služba a jak se platí?**

Za hodinu práce pečovatelky účtujeme 135 Kč. Tato částka se poměrně krátí podle toho, jak dlouho Vám pečovatelka pomáhá. Např. pokud je pomoc poskytována 20 minut, zaplatí uživatel 45 Kč, za 30 minut 67,50 Kč apod. Informace o aktuální ceně dovozu obědů či praní prádla najdete v ceníku nebo Vám jej sdělí zaměstnanci pečovatelské služby.

Pečovatelská služba se platí 1 x měsíčně, vždy za předchozí měsíc podle skutečně využitých služeb, např. za služby využívané v září zaplatíte až

v říjnu. Vyúčtování probíhá kolem 10. dne v měsíci. Úhrady za pečovatelskou službu lze platit převodem či hotově u paní účetní nebo pečovatelky. Na způsobu platby se vždy domluvíme na sociálním šetření.

### **Z čeho mám pečovatelskou službu platit?**

Pokud potřebujete pomoc hrazené sociální služby nebo druhé osoby, máte nárok na příspěvek na péči. Jedná se o sociální dávku, kterou vyplácí Úřad práce, a je určena k hrazení pomoci ze strany blízkých osob, asistentů sociální péče či sociálních služeb. Více informací o příspěvku na péči se dozvíte na místním Úřadu práce nebo se vyptejte pracovníků pečovatelské služby.

### **Staráme se o blízkého, ale odjíždíme na dovolenou. Můžete poskytovat péči během naší nepřítomnosti?**

S ohledem na volnou kapacitu pečovatelské služby můžeme poskytnout pečovatelskou službu i krátkodobě v době nepřítomnosti pečujících – nejen dovolené, ale např. i hospitalizace, onemocnění či z jiných závažných důvodů. Pečujícím doporučujeme, aby si volnou kapacitu pečovatelské služby zjišťovali vždy dostatečně dopředu. Pokud není v našich silách službu poskytnout (z důvodu plné kapacity či toho, že neposkytujeme služby, které potřebujete), máte možnost využít jiný typ pomoci, např. pobytovou odlehčovací službu, která se zaměřuje na krátkodobé pobyty, případně si zajistit běžně dostupné služby (úklidová firma, donáška nákupů, dovoz obědů z restaurací apod.).

### **Je možné, aby za mnou chodila pouze 1 pečovatelka?**

Z organizačních důvodů to bohužel není vždy možné. Pečovatelky někdy čerpají dovolenou či náhradní volno za službu o víkendy. Pokud je to ale z organizačních důvodů možné a preferujete určitou pečovatelku, snažíme se vyjít přání uživatele v maximální míře vstřícně, zvláště pokud se jedná o pomoc související s intimitou (např. pomoc při sprchování).

### **Poskytují pečovatelky i zdravotní péči, např. aplikaci injekcí či převazy?**

Pečovatelky nemají zdravotní vzdělání, tudíž nemohou a ani neumí provádět zdravotnické a ošetrovatelské úkony. Pokud potřebujete

ošetření v domácnosti, kontaktujte ošetřujícího lékaře, může předepsat terénní zdravotní sestru, která je placena ze zdravotního pojištění.

### **Můžu si objednat pečovatelku např. na 4 hodiny jeden den v týdnu, aby pečovala o mého blízkého, když nejsem doma?**

Hned v úvodu je důležité říci, že pečovatelskou službu si nelze objednat. Péče je vždy poskytována až na základě sociálního šetření, kdy zjišťujeme jaké potřeby má budoucí uživatel a jakou podporu potřebuje ze strany pečovatelek. Čas, jak dlouho pečovatelka uživateli pomáhá, se odvíjí od toho, jakou míru podpory potřebuje a s kolika úkony za sebou mu pomáhá. Pokud potřebujete, aby s vaším blízkým byl někdo delší dobu a poskytoval např. dohled, je nutné vyhledat pomoc jiné sociální (např. osobní asistenci) nebo komerční služby.

### **Náš blízký s pomoci druhé osoby nesouhlasí, můžete i přesto péči poskytovat?**

K poskytování pečovatelské služby je vždy nutný souhlas budoucího uživatele. Pokud nyní Váš blízký s péčí nesouhlasí, zkuste s ním na toto téma pravidelně mluvit, případně si s námi dohodněte nezávaznou schůzku, na které Vám můžeme představit pečovatelskou službu a možnosti naší pomoci.

Pokud nás pozvete na sociální šetření ke svému blízkému, který s péčí nesouhlasí nebo ani neví, že máme přijít, je toto setkání zpravidla nepříjemné pro všechny zúčastněné.

### **Náš blízký nekomunikuje nebo nerozumí sdělovanému obsahu/nerozumí psanému slovu. Je možné uzavřít smlouvu o pečovatelské službě?**

Ano, smlouvu lze uzavřít. Pokud ale Váš blízký nerozumí sdělovanému obsahu a písemnému textu, je nutné, aby obsah smlouvy posoudil pracovník sociálního odboru obce s rozšířenou působností. Tento pracovník vždy v domácnosti uživatele posoudí, zda nasmlouvané úkony uživatel potřebuje a poskytovaná péče je mu ku prospěchu. Ověří, zda jsou dodržena všechna práva budoucího uživatele. Smlouvu následně podepíše pracovník jako zmocněnec obce. Tento pracovník Vám také předá informace o omezení způsobilosti k právním úkonům a opatrovnictví.

Pokud má Váš blízký soudem přiděleného opatrovníka, tak právě opatrovník posuzuje obsah smlouvy a podepisuje ji.

**PRO VÍCE INFORMACÍ KONTAKTUJTE SOCIÁLNÍ PRACOVNICE.**