HEWER, z.s.
služby osobní asistence
www.hewer.cz

JAK POMÁHÁ OSOBNÍ ASISTENCE HEWER

Prostřednictvím osobní asistence Vám či Vašim blízkým můžeme pomoci:

při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu:

- *pomoc a podpora při podávání jídla a pití,*
  například: podání jídla na talíř (servírování), pomoc při pití, porcování stravy, podávání jednotlivých soust, apod.
- *pomoc při oblékání a svlékání včetně speciálních pomůcek,*
  například: oblékání a svlékání jednotlivých částí oblečení, nazouvání a zouvání obuvi, v případě potřeby pomoc s volbou oblečení a obuvi vzhledem k počasí a s úpravou vzhledu při odchodu ven, nasazení brýlí, nasazení naslouchadla, apod.
- *pomoc při prostorové orientaci, samostatném pohybu ve vnitřním i vnějším prostoru,*
  například: pomoc při bezpečném pohybu v domácnosti i mimo ni (vč. pohybu po schodech) a bezpečném pohybu s použitím pomůcek (chodítko, vozík, hole), otevírání, zavírání a zamykání dveří místnosti, bytu nebo domu, překonávání bariér (např. prahů), ovládání výtahů, pomoc při prostorové orientaci (např. formou slovního popisu místa a cesty), použití schodolezu a dalších pomůcek, apod.; poradíme, jak zmírnit riziko pádu či zranění.
- *pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík,*
  například: pomoc s posazením se na lůžku, při vstávání z lůžka, uléhání na lůžko, přesun z lůžka na vozík, přesun z vozíku na lůžko, použití polohovacích a fixačních pomůcek, změna polohy těla na lůžku, přizpůsobení polohy polštáře a přikrývky, manipulace s polohovatelným lůžkem, použití zvedáku či skluzné desky apod.

při osobní hygieně:

- *pomoc při úkonech osobní hygieny,*
  například: kompletní ranní a večerní hygiena, koupání a sprchování, mytí během dne (rukou, obličeje atd.), vysmrkání se, použití deodorantu, vyčištění zubů či očištění zubní náhrady, aplikace fixačního krému na zubní náhradu a její nasazení, oholení se, česání vlasů, mytí vlasů a další běžná péče o vlasy, běžné ošetření pokožky po koupeli, péče o nehty (v případě specializované pedikúry: pomoc se zajištěním/objednáním se), výměna menstruačních vložek, apod.
- *pomoc při použití WC,*
  například: použití klasického WC, použití toaletního křesla, výměna inkontinenčních pomůcek, apod.

při zajištění chodu domácnosti:

- *pomoc s úklidem a údržbou domácnosti a osobních věcí,*
  například: umytí nádobí, běžný úklid domácnosti (setření prachu, vytření podlah, úklid koupelny, WC, vysypání koše), zajištění/objednání velkého úklidu (např. mytí oken), uložení věcí po nákupu a v rámci běžného udržování pořádku (např. úklid oděvu), péče o květiny, praní prádla, žehlení prádla, čištění bot, drobné opravy prádla (např. přišití knoflíku), sledování data spotřeby u skladovaných potravin, výměna baterie v naslouchadle, větrání, obsluha radiátorů apod.
- *nákupy a běžné pochůzky*,
  například: nákupy dle pokynů klienta, pomoc při sestavení nákupních požadavků, (v případě potřeby i pomoc při posouzení co je potřeba nakoupit – např. jaké potraviny, jaké čisticí prostředky), odnos prádla do čistírny, odnos dopisů na poštu, apod.

Poznámka: pomoc při zajištění chodu domácnosti je poskytován pouze v případě, že tak není nahrazována jiná běžně dostupná služba (např. uklízecí firma, služba donášky nákupu).

při zajištění stravy:

- *pomoc při přípravě jídla a pití,*
  například: příprava studených a teplých nápojů, vaření teplého jídla, ohřívání stravy, příprava jídel studené kuchyně apod.

prostřednictvím výchovných, vzdělávacích a aktivizačních činností:

- *pomoc a podpora rodině v péči o dítě,*
  například: pomoc při zajištění běžné péče (oblékání, pomoc s hygienou, stravování se atd.), pomoc v kontaktu se školou, zajištění/objednání doučování, pomoc se zajišťováním smysluplného trávení volného času dětí atd.
- *pomoc při obnovení nebo upevnění kontaktu s rodinou a pomoc a podpora při dalších aktivitách podporujících sociální začleňování osob,*
  například: pomoc při kontaktu s rodinou blízkými, přáteli, sousedy, spolupracovníky a kolegy (např. vytočení telefonního čísla, doprovod na návštěvu apod.), pomoc při zorientování se v osobách (např. poznávání blízkých, sousedů, pracovníků domácí péče, osobních asistentek), apod.
- *pomoc s nácvikem a upevňováním motorických, psychických a sociálních schopností a dovedností,*
  například: podpora orientovanosti v čase (během dne, v týdnu, ročním období) a místě; podpora, rozvoj a udržování dostatečné slovní zásoby pro vyjádření vlastních potřeb a navázání kontaktu, podpora komunikačních dovedností (vč. alternativních forem komunikace), aktivizace v oblasti jemné a hrubé motoriky, atd.

formou zprostředkování kontaktu se společenským prostředím:

- *doprovázení do školy, školského zařízení, zaměstnání, k lékaři, na zájmové a volnočasové aktivity, na orgány veřejné moci a instituce poskytující veřejné služby a doprovázení zpět,*
  například: doprovody na poštu, banku, obecní úřadu, úřadu práce, do hudebních a jiných klubů, knihoven, škol, vzdělávacích kurzů, čistíren, opraven, servisů, restaurací, kin, divadel, obchodů, kadeřnictví, pedikúry, apod.

při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí:

- *pomoc při komunikaci vedoucí k uplatňování práv a oprávněných zájmů,*
  například: pomoc při zajišťování si platných dokladů, pomoc při vyhledání odborného poradenství (např. pro řešení dluhů, ohrožení násilím), pomoc při uplatňování práva volit, pomoc při zajištění řešení pojistné události, pomoc s vyřizováním příspěvku na péči, pomoc při vyřizování za účelem zajištění léků; poradíme, kam se obrátit pro zajištění potřeb v oblasti péče o zdraví, zdravé výživy a bezpečí; atd.
- *pomoc při vyřizování běžných záležitostí.*
  například: pomoc se zařízením dovozu stravy od pečovatelské služby nebo jiného dodavatele (např. restaurace), pomoc při vyřizování na poště a při jednáních v dalších institucích; pomoc při dodržování léčebného režimu formou připomenutí, že nastal čas pro užití léků; apod.

pomoc při zajištění bezpečí a možnosti setrvání v přirozeném sociálním prostředí (tj. dohled, aby osoba závislá na pomoci nezpůsobila ohrožení sobě ani svému okolí).

V rámci základního sociálního poradenství (zdarma) Vám *sociální pracovník nebo vedoucí střediska poskytne potřebné informace přispívající k řešení Vaší nepříznivé sociální situace,* například vyhledáním vhodné sociální služby, předáním kontaktu na sociálního pracovníka obce, vyhledáním kontaktu na další veřejně dostupné služby apod.

Důležité informace

Z důvodu zachování maximální možné míry samostatnosti klientů je pomoc a podpora poskytována pouze do té míry, do jaké ji klienti nezbytně potřebují.

Služba osobní asistence řeší *nepříznivou sociální situaci*: oslabení či ztrátu schopnosti omezující příležitosti a možnosti žít způsobem, který je ve společnosti považován za běžný, nebo chránící před vyčleněním mimo běžný život společnosti, přičemž toto oslabení či ztráta schopnosti vznikla z důvodu věku (senioři), kombinovaného, mentálního, tělesného, sluchového, zrakového či zdravotního postižení, v rámci služeb poskytovaných v Jihomoravském a Ústeckém kraji rovněž z důvodu chronického duševního onemocnění nebo chronického zdravotního onemocnění.