Popis potřebné podpory

pan/paní: …….

Oblast podpory	**Co zvládám a jakou potřebuji pomoc a podporu:**
Osobní hygiena	**Denní hygiena** *(ranní, večerní hygiena; mytí během dne-rukou, obličeje),* **péče o ústa** (*vyčištění zubů, péče o zubní náhrady-očištění, nasazení náhrady, oholení se*), **česání a mytí vlasů, nehty, oči** (*omývání očí, nasazení brýlí, čištění brýlí, aplikace kontaktních čoček a péče o ně*), **uši** (*čištění uší; nasazení a čištění naslouchadla, výměna baterií*), **sprchování, koupání, toaleta** (*použití WC, použití toaletního křesla, výměna inkontinenčních pomůcek, vypuštění sběrného sáčku na moč*).
Péče o vlastní osobu	**Oblékání, svlékání, obouvání, zouvání, úprava vzhledu, nákupy oblečení, obuvi, kosmetiky apod.**
Samostatný pohyb	**Pohyb uvnitř i venku, změna polohy na lůžku, vstávání a ulehání, sezení, stání, manipulace s předměty.**

Stravování	**Příprava** *(příprava jídel, nápojů, podání jídla na talíř),* **příjem** *(najedení, napití, porcování stravy)* , **nákupy**.
Péče o bydlení	**Běžný úklid, stlaní** (*převlékání lůžkovin*), **skříně** (*udržení vnitřního pořádku*), **péče o boty a oblečení** (*přepírání drobného prádla a jeho sušení, žehlení, uložení a drobné opravy; čištění bot*).
Kontakt s lidmi	**Navazování a udržování vztahů** *(kontakt s rodinou, s přáteli, telefonický kontakt; pobyt venku, procházky; účast na kulturních a společenských akcích; uspokojování duchovních potřeb - bohoslužby; zajištění oslav narozenin)* ; **využívání veřejných služeb** *(návštěva holiče, kadeřníka; návštěva a orientace v obchodě - výběr a zaplacení zboží; návštěva cukrárny, restaurace);* **komunikace** (*schopnost srozumitelně se vyjádřit).*
Seberealizace	**Vzdělávání, pracovní uplatnění, oblíbené činnosti** *(podpora finanční samostatnosti, sledování TV, poslech hudby a mluveného slova, dramatický kroužek, tréning paměti, zpívánky, společenské hry, počítání internetu, drobný úklid na pokoji, ustlání postele, nácvik samostatných nákupů a vycházek, pomocné práce na oddělení, pomývání a utírání nádobí, práce na zahradě, společné vaření a pečení, žehlení, vycházky, výlety, týdenní pobyt, canisterapie, ruční práce, pletení košíků, keramická dílna, výtvarné aktivity, sportovní aktivity, rehabilitační cvičení, pohybové cvičení, plávání, čtení).*

Zdraví, bezpečí, rizika	**Zajištění bezpečí** (*přivolání pomoci; prevence pádu a zdravotních rizik spojených s onemocnění*), **zvládání rizik** (*pomůcky, které zvýší bezpečí/omezí rizika pádu*), **péče o zdraví - návštěva lékaře a dodržování léčebného režimu** (*zajištění léků, zdravotních a kompenzačních pomůcek, užívání léků v lékařem stanovené době, rehabilitace, pití tekutin v dostatečném množství, dodržování diety).*
Uplatňování vlastních práv a zájmů, obstarávání osobních záležitostí	**Hospodaření s finančními prostředky** (*rozvržení kapesného na celý měsíc*); **kontakt, jednání s institucemi** (*úřady, banka, soud*); **písemný kontakt s úřady, s rodinou; vyřízení platných osobních dokladů** (*občanský průkaz, průkaz zdravotní pojišťovny*); **využití sociálních dávek a jiných výhod** (*průkaz ZTP, příspěvek na péči*); **ochrana práv; prevence zneužívání.**

Datum: