**Doporučené oblasti a témata pro mapování nepříznivé sociální situace zájemce/uživatele v pečovatelské službě**

**Dostali jste se Vy nebo Vaši blízcí do situace, kdy nejste schopni žít doma bezpečně, a tak jak jste byli zvyklí? Jsme tady pro Vás, podpoříme Vás nebo Vám přímo pomůžeme u Vás doma.**

**O co usilujeme? Chceme, abyste mohli žít dál tam, kde jste zvyklí.**

A to i přesto, že:

* už vám ubývají síly,
* doma nezvládnete to, co byste potřebovali,
* obtížně zvládáte péči o sebe, zatěžuje Vás zajištění chodu domácnosti a neradi odcházíte z domu, protože se bojíte, co všechno by se Vám mohlo stát.

**Chceme podpořit i ty z Vás, kteří pečujete o své blízké a**

* cítíte, že už je toho na Vás moc,
* stalo se něco neočekávaného a Vy nevíte, jak to zvládnout.

**Očekávat od nás můžete podporu a pomoc v následujících oblastech:**

**SAMOSTATNÝ POHYB**

**Máte problémy se stabilitou a bojíte se pádu?**

Pomůžeme Vám při vstávání, budeme Vám oporou v koupelně, ukážeme a pomůžeme Vám zajistit si pomůcky, které Vám usnadní chůzi. Doprovodíme Vás, kam budete potřebovat.

**ZAJIŠTĚNÍ STRAVOVÁNÍ**

**Potřebujete pomoc při vaření? Je pro Vás těžké stát u kuchyňské linky? Potřebuje jídlo ohřát a přenést ke stolu? Zajistit teplé jídlo?**

Pomůžeme Vám v tom, co budete potřebovat právě Vy. Ať už to bude pomoc při vaření jídla; vyzvednutí jídla z ledničky a jeho ohřátí; či jeho naporcování.

**ZVLÁDÁNÍ BĚŽNÝCH ÚKONŮ PÉČE O VLASTNÍ OSOBU**

**Je pro Vás obtížné se správně a včas obléci nebo si obout boty?**

Pomůžeme Vám vybrat oblečení, obléci se, zapnout si knoflíky. Upozorníme Vás na to, co už nevidíte nebo co je s ohledem na počasí potřeba.

**OSOBNÍ HYGIENA**

**Je pro Vás už obtížné umýt si vlasy, osprchovat se?**

Podpoříme Vás, abyste stále sami zvládli osobní hygienu nebo Vám pomůžeme s koupelí, sprchováním, ústní hygienou. Je pro nás důležité zachovat Vaše zvyklosti.

**UPLATŇOVÁNÍ PRÁV A OPRÁVNĚNÝCH ZÁJMŮ A OBSTARÁVÁNÍ OSOBNÍCH ZÁLEŽITOSTÍ**

**Máte pocit, že na Vašich rozhodnutích nezáleží? Je těžké pro Vás řešit běžné osobní záležitosti jako je platba inkasa, vyzvednutí poštovní zásilky, vyzvednutí léků, objednání se k lékaři?**

Je pro nás důležité Vás podpořit, abyste se stále rozhodovali o svém životě (co budete mít na sobě, co si dáte k večeři, co si koupíte, s kým a kdy se budete potkávat). Doprovodíme Vás tam, kam budete potřebovat a případně Vám pomůžeme na místě. Najdeme společně cesty, jak vše zařídit bezpečně.

**ZAJIŠTĚNÍ KONTAKTU SE SPOLEČENSKÝM PROSTŘEDÍM**

Doprovodíme Vás k lékaři, na oslavu narozenin u přátel či rodiny. Doprovodíme a pomůžeme Vám jednat na úřadech. Pomůžeme s obsluhou telefonu/tabletu, abyste si mohli popovídat s vnoučaty.

Pomůžeme Vám objednat lístky na divadelní představení a společně zajistíme dopravu na místo.

**PÉČE O DOMÁCNOST**

**Jsou pro Vás běžné domácí práce neúnosnou zátěží? S obtížemi a možná ne vždy bezpečně obsluhujete domácí spotřebiče? Už si sami nenakoupíte a neuložíte věci? Jsou věci, kterých se obáváte, např. převlékání postele?**

V těchto situacích Vás umíme podpořit nebo přímo pomoci.

Domluvíme si s Vámi, co je pro Vás nezbytné a jak pomoc bude probíhat.

**PÉČE O ZDRAVÍ A BEZPEČÍ (RIZIKA)**

**Máte obavu o zdraví svého blízkého? Obáváte se, že nedostatečně jí, pije, zapomíná na své léky nebo objednané návštěvy u lékaře?**

**Obáváte se, že nerozezná nebezpečí (např. čerstvost potravin) či zapomíná na detaily, které mohou být nebezpečné (nezavřené dveře od bytu, nevypnuté světlo, vařič)?**

Jsme tady pro Vás. Naši pracovníci s Vámi vyhodnotí Vaše obavy a společně se všichni dohodneme, na co se zaměřit a jak možná rizika snižovat.

Těšíme se na spolupráci s Vámi!

Pečovatelská služba Charity Otrokovice