

**Časť I****Sebaobslužné úkony****čas úkonu****a) Hygiena**

1. osobná hygiena

– hygienická starostlivosť o jednotlivé časti tela: ruky, tvár, zuby, nechty (holenie, česanie, umývanie, make-up, odličovanie, strihanie nechtov na rukách a na nohách, aplikácia krémov, mastí, prípadne medikamentov),

0,5 h

2. celkový kúpeľ

– hygienická starostlivosť o celé telo vo vani, prípadne v sprche s umytím vlasov (celkový kúpeľ sa vykonáva vždy vo vani alebo v sprchovacom kúte),

1 h

b) Stravovanie a dodržiavanie pitného režimu

1. porciovanie stravy,

0,5 h

2. obsluha (prinesenie stravy a nápoja na dosah klienta),

0,5 h

3. kŕmenie a pomoc pri pití,

0,5 h

c) Vyprázdňovanie močového mechúra a hrubého čreva

1. sprievod na toaletu, sprievod z toalety, pomoc pri vyzliekaní a obliekaní,

0,5 h

2. účelná očista po toalete,

0,5 h

3. podanie podložnej misy, močovej fľaše s následným očistením podložnej misy (fľaše), ochrana osobnej a posteľnej bielizne pred znečistením (nasadenie a výmena plienky),

0,5 h

d) Obliekanie, vyzliekanie

1. výber oblečenia (rozpoznanie jeho správneho vrstvenia a farieb), obliekanie, obúvanie, vyzliekanie, vyzúvanie,

0,5 h

e) Mobilita , motorika

1. sprievod pri chôdzi (chôdza po rovine, po schodoch),

1 h

2. pomoc pri vstávaní z lôžka, pomoc pri líhaní na lôžko,

0,5 h

3. polohovanie,

0,5 h

4. pomoc pri manipulácii s predmetmi (napr. uchopenie lyžičky, zapínanie gombíkov),

0,5 h

5. obsluha a premiestňovanie predmetov dennej potreby.

0,5 h

f) Dodržiavanie liečebného režimu v domácom prostredí

– nákup liekov, podávanie liekov a aplikácia mastí, kontrola glykémie glukomerom, odmeranie krvného tlaku, pulzu a telesnej teploty, aplikácia liečiva subkutánne (napríklad inzulínu), polohovanie.

1 h

Časť II**Úkony starostlivosti o svoju domácnosť**

1. nákup potravín a iného drobného spotrebného tovaru,

1 h

2. príprava jedla, varenie,

1 h

3. zohrievanie jedla,

0,5 h

4. donáška jedla do domu,

0,5 h

5. umytie riadu,

0,5 h

6. bežné upratovanie v domácnosti,	1 h
7. starostlivosť o bielizeň (pranie, žehlenie),	1 h
8. starostlivosť o lôžko,	1 h
9. vynášanie drobného odpadu do zbernej smetnej nádoby,	0,5 h
10. donáška uhlia, donáška dreva, vynesenie popola, donáška vody, kúrenie vo vykurovacích telesách a ich čistenie,	1 h
11. ďalšie jednoduché úkony spojené s prevádzkou a udržiavaním domácnosti (administratívne úkony spojené s vedením domácnosti, napr. zabezpečenie úhrady platieb).	1 h

Časť III

Základné sociálne aktivity

a) sprievod	1 h
1. na lekárske vyšetrenie,	1 h
2. na vybavenie úradných záležitostí,	1 h
3. pri záujmových činnostiach,	
b) predčítanie pre fyzickú osobu, ktorá je nevidiaca alebo prakticky nevidiaca najmä pri vybavovaní úradných záležitostí, pri vybavovaní úradnej a osobnej korešpondencie a pri nakupovaní,	bez úhrady
c) sprostredkovanie komunikácie pre fyzickú osobu, ktorá je nepočujúca, má ťažkú obojstrannú nedoslýchavosť alebo je hluchoslepá najmä pri nakupovaní a pri záujmových činnostiach.	bez úhrady

Časť IV

Dohľad pri úkonoch sebaobsluhy, úkonoch starostlivosti o svoju domácnosť a pri vykonávaní základných sociálnych aktivít

Potreba dohľadu v určenom čase.	1 h
---------------------------------	-----

Určená výška úhrady

Rozsah služieb	Úhrada
Sebaobslužné úkony	2,32 €/h
Úkony starostlivosti o svoju domácnosť	2,32 €/h
Základné sociálne aktivity	2,32 €/h
Donáška jedla do domu	1,12 € /obed