

Časť I Sebaobslužné úkony

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, masti, prípadne medikamentov **1,5 hod/ úkon**
2. celkový kúpeľ hygienická starostlivosť o celé telo vo vani, príp. v sprche s umytím vlasov (celkový kúpeľ sa vykonáva vždy vo vani alebo v sprchovacom kúte) **1 hod/ úkon**

b) Stravovanie a dodržiavanie pitného režimu

- porciovanie stravy,
- obsluha (prinesenie stravy a nápoja na dosah prijímateľa sociálnej služby),
- kŕmenie a pomoc pri pití **0,5 hod./úkon**

c) Vyprázdňovanie močového mechúra a hrubého čreva

- sprievod na toaletu,
- pomoc pri vyzliekaní, obliekaní,
- účelná očista po toalete,
- sprievod z toalety,
- podanie podložnej misy, močovej fľaše s následným očistením podložnej misy (fľaše),
- ochrana osobnej posteľnej bielizne pred znečistením (nasadenie a výmena plienky) **1 hod./úkon.**

d) Obliekanie, vyzliekanie

- výber oblečenia (rozpoznanie jeho správneho vrstvenia a farieb),
- obliekanie, obúvanie, vyzliekanie, vyzúvanie **1 hod/úkon.**

e) Mobilita, motorika

- sprievod pri chôdzi (chôdza po rovine, po schodoch),
- pomoc pri vstávaní z lôžka, pomoc pri líhaní na lôžko,
- polohovanie,
- pomoc pri manipulácii s predmetmi (napríklad pri uchopení lyžičky, zapínaní gombíkov,
- obsluha a premiestňovanie predmetov dennej potreby **1 hod/úkon.**

Časť II

Úkony starostlivosti o svoju domácnosť

- a) nákup potravín a iného drobného tovaru **1 hod./úkon,**
- b) príprava jedla, zohrievanie jedla **0,5 hod./úkon,**
- c) donáška jedla do domu **0,5 hod./úkon,**
- d) umytie riadu **0,5 hod./úkon,**
- e) bežné upratovanie v domácnosti **1 hod./úkon,**
- f) obsluha bežných domácich spotrebičov **0,5 hod./úkon,**
- g) starostlivosť o bielizeň (pranie, žehlenie) 2 kg **1 hod./úkon,**
- h) starostlivosť o lôžko **0,5 hod./úkon,**
- i) vynášanie drobného odpadu do zbernej smetnej nádoby **0,25 hod./úkon,**
- j) donáška uhlia, donáška dreva, vynesenie popola, donáška vody, kúrenie vo vykurovacích telesách a ich čistenie **1 hod./úkon,**
- k) ďalšie jednoduché úkony spojené s prevádzkou a udržiavaním domácnosti (administratívne úkony spojené s vedením domácnosti, napríklad zabezpečenie úhrady platieb) **1 hod./úkon.**

Časť III.

Základné sociálne aktivity

a) sprievod

- na lekárske vyšetrenie **5 hod./úkon**,
- na vybavenie úradných záležitostí **5 hod./úkon**,
- do školy, zo školy, do zamestnania a do zamestnania **1 hod./úkon**,
- pri záujmových činnostiach **1 hod./úkon**,

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 **1 hod./úkon**.

c) tlmočenie

- pre fyzickú osobu, ktorý je nepočujúca alebo fyzickú osobu, ktorá má ťažkú obojstrannú nedoslýchavosť, najmä pri vybavovaní úradných záležitostí, pri návšteve lekára, pri záujmových činnostiach **1 hod./úkon**
- pre fyzickú osobu, ktorá je hluchoslepá, najmä pri vybavovaní úradných záležitostí, pri vybavovaní úradnej a osobnej korešpondencie a pri nakupovaní, pri návšteve lekára, pri záujmových činnostiach **1 hod./úkon**

Časť IV

Dohľad pri úkonoch sebaobsluhy, úkonoch starostlivosti o svoju domácnosť a pri vykonávaní základných sociálnych aktivít (ďalej len „dohľad“)

a) potreba dohľadu v určenom čase

(od 6.00 – 22.00 hod.) základná hodinová sadzba **1 hod./úkon**

(od 22.00 – 6.00 hod.) **1,5 násobok** základnej hodinovej sadzby **1 hod./úkon**