

# NABÍDKA

---

## poskytovaných úkonů



odlehčovací služba



---

[www.moap.cz](http://www.moap.cz) → občan → sociální služby → odlehčovací služba

## Sídlo:

Tyršova 14/1761, Moravská Ostrava, přízemí



zastávka Elektra

Zde si můžete rezervovat požadovaný termín a následně dohodnout detaily pobytu na odlehčovací službě.

**Kapacita:** 10 lůžek



## Úřední hodiny

Pondělí a středa **8:00-11:30 12:30-17:00**

Úterý, čtvrtek, pátek: neúřední dny

## Místo poskytování odlehčovací služby:

Gajdošova 39b,  
Moravská Ostrava,  
přízemí  
(bezbariérový přístup z rampy)



## Kontakty:

**Mgr. Renáta Kunzová** 599 442 643  
vedoucí oddělení 724 305 639  
[renata.kunzova@moap.ostrava.cz](mailto:renata.kunzova@moap.ostrava.cz)

**Bc. Jana Kielarová** 599 442 644  
sociální pracovnice 724 067 385  
[jana.kielarova@moap.ostrava.cz](mailto:jana.kielarova@moap.ostrava.cz)

**Ing. Milena Partyková** 599 442 642  
referent sociálních služeb 724 368 225  
[milena.partykova@moap.ostrava.cz](mailto:milena.partykova@moap.ostrava.cz)

## Návštěvy na odlehčovací službě:

**Návštěvu blízké osoby si předem dohodněte s pečovatelkou osobně nebo telefonicky: 599 455 211, 724 368 224.**

[odlehcovacisluzba@moap.ostrava.cz](mailto:odlehcovacisluzba@moap.ostrava.cz)

## Příjem nových klientů

Pondělí – neděle

**10:00 – 16:00**

# Sazebník úhrad za úkony odlehčovací služby

platný od 1. 1. 2024

(vydaný usnesením RMOB č. 1031/RMOB2226/22/23 ze dne 23. 10. 2023)

Úkon	Výše úhrady
pomoc a podpora při podávání jídla a pití	155 Kč/hod.
pomoc při oblékání a svlékání včetně speciálních pomůcek	155 Kč/hod.
pomoc při prostorové orientaci, samostatném pohybu ve vnitřním prostoru	155 Kč/hod.
pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík	155 Kč/hod.
pomoc při úkonech osobní hygieny	155 Kč/hod.
pomoc při základní péči o vlasy a nehty	155 Kč/hod.
pomoc při použití WC	155 Kč/hod.
zajištění stravy přiměřené době poskytování služby a odpovídající věku, zásadám racionální výživy a potřebám dietního stravování – tj. 3 jídla denně (snídaně, oběd a večeře vč. pitného režimu)	235 Kč/den
pomoc při přípravě stravy přiměřené době poskytování služby	155 Kč/hod.
ubytování vč. provozních nákladů souvisejících s poskytnutím ubytování a vč. úklidu, praní a drobných oprav ložního a osobních prádla a ošacení, žehlení	280 Kč/den
doprovázení k lékaři, na zájmové a volnočasové aktivity, na orgány veřejné moci a instituce poskytující veřejné služby a doprovázení zpět	155 Kč/hod.
pomoc při obnovení nebo upevnění kontaktu s rodinou a pomoc a podpora při dalších aktivitách podporujících sociální začleňování osob	155 Kč/hod.
socioterapeutické činnosti, jejichž poskytování vede k rozvoji nebo udržení osobních a sociálních schopností a dovedností podporujících sociální začleňování osob	155 Kč/hod.
pomoc při komunikaci vedoucí k uplatňování práv a oprávněných zájmů	155 Kč/hod.
pomoc při vyřizování běžných záležitostí	155 Kč/hod.
nácvik a upevňování motorických, psychických a sociálních schopností a dovedností	155 Kč/hod.

Úhrada za úkony se počítá podle skutečně spotřebovaného času nezbytného k zajištění úkonů. Pokud poskytování těchto úkonů, včetně času nezbytného k jejich zajištění, netrvá celou hodinu, výše úhrady se poměrně krátí. Totéž platí pro úkony, u nichž je stanovena úhrada za kg.

Vydáním tohoto sazebníku pozbývá platnosti sazebník úhrad vydaný usnesením RMOB č. 4218/RMOB1822/69/22 ze dne 9. 5. 2022.

Sociální šetření proběhlo dne: \_\_\_\_\_

Odlehčovací služba bude poskytována v tomto termínu:

---

**Pobyt bude zahájen:**  snídaní  obědem  večeří

**Pobyt bude ukončen:**  snídaní  obědem  večeří

Platba bude prováděna:

**v hotovosti**

platba se hradí na pokladně úřadu: městský obvod Moravská Ostrava a Přívoz,  
nám. Dr. E. Beneše 555/6, Mor. Ostrava, přízemí

**převodem**

podklady k platbě zašle elektronicky Ing. Milena Partyková

## **Při nástupu odevzdat:**

**běžný harmonogram dne**

**obálku**, str. 8

**řádně podepsané osobní věci**, orientační seznam str. 8

**kompenzační pomůcky, včetně inkontinenčních**

**dávkovač s léky**, přibalte volně dostupné léky k běžné potřebě, které mohou posloužit např. ke ztlumení teploty, bolesti, k tlumení zažívacích potíží např. Paralen, Ibalgin, Imodium, Lactulosa.

---

sociální pracovnice

## Využívám jinou odlehčovací službu:

ano       ne

poskytovatel 1 \_\_\_\_\_

poskytovatel 2 \_\_\_\_\_

Prohlašuji, že jsem byl informován o možnosti snížené platby v souladu s vyhláškou č. 440/2022 v případě, že součet hodin skutečně poskytované péče přesáhne 80 hodin v daném měsíci, a to ve snížené sazbě 135 Kč/hodinu.

V této souvislosti se zavazuji, že vás budu nejpozději do 1. dne kalendářního měsíce následujícího po měsíci, v němž byla služba poskytnuta informovat o rozsahu využitých služeb jiné odlehčovací služby:

e-mailem      [renata.kunzova@moap.ostrava.cz](mailto:renata.kunzova@moap.ostrava.cz)

dávám tímto souhlas, aby sociální pracovnice odlehčovací služby MOb MOaP zjistila od poskytovatele \_\_\_\_\_ rozsah hodin využití základních úkonů sociální služby dle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách v platném znění. Tento souhlas je udělen po dobu využívání odlehčovací služby MOb MOaP.



# Pro pobyt na odlehčovacím lůžku je nezbytné zajistit pečující osobou následující:

■ vložit do zapečetěné **obálky**:

1. aktuální zprávu ošetřujícího lékaře
2. rozpis medikace
3. občanský průkaz
4. kartička zdravotní pojišťovny

(slouží pro případ zhoršeného zdravotního stavu klienta pro zdravotní personál rychlé záchranné služby)

■ zajistit potřebné léky a následně připravit léky do dávkovače na léky.

■ zajistit zdravotní a ortopedické pomůcky, nezbytné pro pobyt:

1. lepící inkontinenční pomůcky (3 ks na den)
2. podložky
3. francouzské hole
4. chodítko apod.
5. finanční zálohu pro osobní potřebu klienta

■ při zdravotních komplikacích zajistit zdravotní péči, popřípadě plánované preventivní prohlídky apod. **Uveďte konkrétní telefonické kontakty pečovatelce při nástupu.**



## Orientační seznam věcí:

**■** Po dobu pobytu na odlehčovací službě klient využívá výhradně své osobní věci i hygienické prostředky.

**■** Všechny věci musí být řádně podepsané-nepoužívejte k popisu monogram, ale celé příjmení, mohlo by dojít k záměně.

- 5x noční košile, pyžamo
- 5x tepláky-domácí oblečení
- 5x trička bavlna
- 2x svetr
- 7x spodní prádlo
- 7x ponožky
- 1x domácí obuv, papuče
- 5x ručník
- 6x žínka
- 10x kapesník, toaletní papír
- tekuté mýdlo
- šampon
- kartáček na zuby
- zubní pastu
- kosmetika, kterou klient používá

**■ Zájemce bude umístěn na odlehčovací lůžko po řádném převzetí všech potřebných věcí, dohodnutých v rámci jednání se zájemcem o službu.**

## Stravování

### ▪ podání jídla

Pomoc a podpora při podávání jídla a pití		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
pondělí - neděle	3x denně	do 20 minut

- Podání snídaně, oběda a večeře (ohřátí pokrmu, uvaření čaje, kávy).

### ▪ příprava jídla

Pomoc při přípravě stravy přiměřené době poskytování služby		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
pondělí - neděle	2x denně	do 15 minut

- Jedná se o pomoc při přípravě vlastní svačiny.

### ▪ zajištění celodenní stravy

Zajištění stravy přiměřené době poskytování služby a odpovídající věku, zásadám racionální výživy a potřebám dietního stravování		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
pondělí - neděle	3x denně	

- Možnost výběru: oběd: 4 hlavní jídla (z toho je 1 jídlo pro diabetiky) v pracovních dnech a jeden druh polévky. O sobotách, nedělích a svátcích jeden druh jídla a jeden druh polévky. Snídaně a večeře: 1 druh jídla.
- Jídelní lístek předkládáme vždy na týden dopředu.

## Osobní hygiena

### ▪ sprchování

Pomoc při úkonech osobní hygieny		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
pondělí - neděle	3x týdně	do 30 minut

- Klient má své hygienické potřeby, mýdlo, ručník, žínku apod.

- U tohoto úkonu se klient aktivně zapojí do osobní hygieny, pečovatelka dle potřeby dopomůže.

### ▪ **mytí na lůžku**

Pomoc při úkonech osobní hygieny		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
pondělí - neděle	1x denně	do 30 minut

- Klient má své hygienické potřeby, mýdlo, ručník, žínku apod.

### ▪ **výměna inkontinenčních pomůcek**

Pomoc při úkonech osobní hygieny		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
pondělí - neděle	dle individuálních potřeb	do 30 minut

- Klient má své hygienické potřeby, mýdlo, ručník, žínku apod.

### ▪ **stříhání vlasů a nehtů**

Pomoc při základní péči o vlasy a nehty			
<b>Dostupnost úkonu</b>			
Péče o vlasy - <b>stříhání</b>	Pracovní dny	1x měsíčně	do 45 minut
Péče o vlasy - <b>mytí a česání</b>	pondělí - neděle	2x týdně	do 30 minut
Péče o nehty na rukou	Pracovní dny	2x měsíčně	do 45 minut
Péče o nehty na nohou	Pracovní dny	1x měsíčně	do 45 minut

- Základní péčí o vlasy rozumíme mytí a česání. Základní péče o nehty (stříhání, pilování) se vykonává u osob, u kterých se vykonávají úkony osobní hygieny. Pracovník odlehčovací služby může odmítnout provedení tohoto úkonu, pokud hrozí vznik infekce z důvodu některých zdravotních diagnóz (diabetes), nebo špatného stavu nehtových lůžek, nebo pokud vyhodnotí, že je potřebný odborný zásah.

- Odlehčovací služba je nápomocná při zajištění veřejně dostupné služby (pedikúra, manikúra, kadeřník)

- **pomoc při oblékání**

Pomoc při oblékání a svlékání včetně speciálních pomůcek		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
pondělí - neděle	3x denně	do 20 minut

- **pomoc při použití WC**

Pomoc při použití WC		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
pondělí - neděle	dle potřeby	do 15 minut

- Doprovod na WC a zpět.

- **pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík**

Pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík		
<b>dostupnost úkonu</b>		
pondělí - neděle	5x denně	do 15 minut

- **pomoc při použití klozetového křesla**

Pomoc při použití WC		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
pondělí - neděle	dle potřeby	do 15 minut

- Úklid klozetového křesla po použití.

## **Doprovod**

- **doprovod na společenské akce**

Pomoc při obnovení nebo upevnění kontaktu s rodinou a pomoc a podpora při dalších aktivitách podporujících sociální začleňování osob		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
Pracovní dny	2x týdně	do 1 hod.

- Doprovod na kulturní akce, konané v klubu pro seniory v DPS Gajdošova.

## ▪ **doprovod**

Doprovázení k lékaři, na zájmové a volnočasové aktivity, na orgány veřejné moci a instituce poskytující veřejné služby a doprovázení zpět		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
Pracovní dny	1x týdně	do 1 hod.
Pracovní dny	1x za 3 měsíce	do 3hod.

- Jedná se o doprovod na území města Ostravy. O velký doprovod je klient povinen požádat min. 2 týdny předem.

## ▪ **krátké procházky s oporou, stavy ztráty orientace**

Pomoc při prostorové orientaci, samostatném pohybu ve vnitřním prostoru		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
pondělí - neděle	denně	individuálně

- Jedná se o krátké procházky s oporou pracovníka odlehčovací služby v prostorách DPS a zahrady. Možnost ve skupince až 1 hodinu s pomocí kompenzačních pomůcek - chodítka, francouzských holí, invalidního vozíku. Evidují se zde také stavy, kdy klient ztratí orientaci a pracovník zajišťuje doprovod na pokoj.

## ▪ **vyřizování různých záležitostí**

Pomoc při komunikaci vedoucí k uplatňování práv a oprávněných zájmů		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
Pracovní dny	1x týdně	do 1 hod.

- Pomoc při vyřizování příspěvku na péči, informace k podávání žádostí do zařízení pro seniory apod.

## ▪ **zajištění ubytování**

Ubytování vč. provozních nákladů souvisejících s poskytnutím ubytování a včetně úklidu, praní a drobné opravy ložního a osobního prádla a ošacení, žehlení		
<b>Dostupnost úkonu</b>		
pondělí - neděle	ubytování nepřetržitě	ubytování 24 hodin

## ▪ **veškerá komunikace s klientem**

Socioterapeutické činnosti, jejichž poskytování vede k rozvoji nebo udržení osobních a sociálních činností a dovedností podporujících sociální začleňování osob

### **Dostupnost úkonu**

Pracovní dny	1x týdně	do 1 hod.
--------------	----------	-----------

- Evidujeme zde veškerá přivolání pečovatelky klientem.
- Předčítání tisku, komunikace s klientem na různá témata.

## ▪ **nákupy a pochůzky**

Pomoc při vyřizování běžných záležitostí

### **Dostupnost úkonu**

Pracovní dny	1x týdně	do 1 hod.
--------------	----------	-----------

- Pomoc při nákupu, pochůzky na úřady, poštu, nemocnici, vyzvednutí sanitárních potřeb, receptu u lékaře apod.

## ▪ **malování**

Nácvik a upevňování motorických, psychických a sociálních schopností a dovedností

### **Dostupnost úkonu**

Pracovní dny	3x týdně	do 1 hod.
--------------	----------	-----------

## ▪ **základní sociální poradenství**

Základní sociální poradenství

### **Dostupnost úkonu**

Pondělí - středa	8:00 – 11:30    12:30-17:00
Úterý, čtvrtek, pátek	na základě telefonické domluvy, <b>599 442 643, 599 442 644</b>

- Realizuje sociální pracovnice, poradenství je zaměřeno na hledání řešení nepříznivé sociální situace klienta.

## Jednolůžkové pokoje:



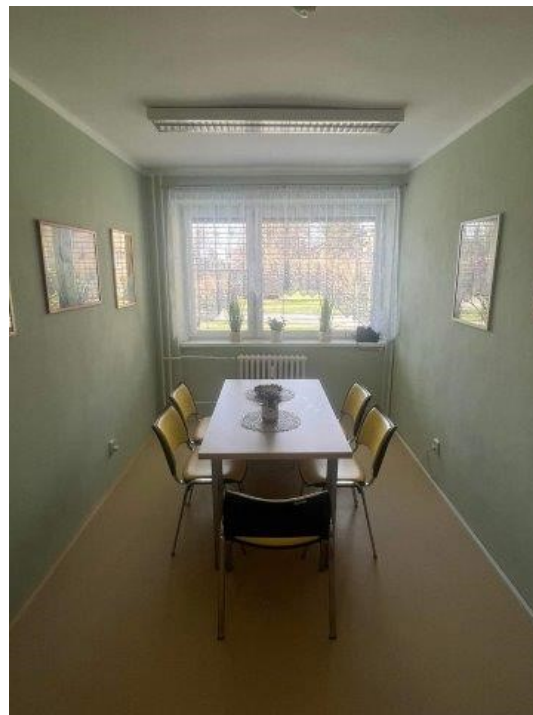
## Dvoulůžkové pokoje:



## Bezbariérový pokoj



## Společenská místnost:





V Ostravě: 29. 2. 2024

Účinnost: 1. 3. 2024

Zpracovala: Mgr. Renáta Kunzová, vedoucí oddělení sociálních služeb

Schválila: Mgr. Alena Antoszyková, vedoucí odboru sociálních věcí



# SENIOR EXPRESS!!!

Městský obvod Moravská Ostrava a Přívoz nabízí svým občanům od 70 let věku včetně, osobám se zdravotním postižením včetně osob omezených ve svéprávnosti (držitelé průkazu ZTP a ZTP/P), a jejich doprovodu přepravu za zvýhodněných podmínek v rámci celé Ostravy prostřednictvím služby Senior express!!!



# JAK MŮŽETE VYUŽÍT TUTO SLUŽBU?

## VYŘÍDTE SI PRŮKAZ

- bezplatně
- Městský obvod Moravská Ostrava a Přívoz, odd. sociálních služeb, Tyršova 14/1761 - kancelář 102, tel.: 599 442 645
- úřední hodiny: **pondělí a středa 8.00 - 11.30 hod. a 12.30 - 17.00 hod.**
- k vyřízení je potřeba váš občanský průkaz a jedna fotografie o rozměrech 35 x 45 mm

## JAK OBJEDNAT DOPRAVU SLUŽBOU SENIOR EXPRESS!!!

PO - PÁ 6.00 - 16.00 hodin, telefonicky **734 626 700** minimálně jeden den před požadovanou jízdou

**Přeprava je zajišťována:**

**PO - PÁ 6.00 - 16.00 hod.**

## KAM?

- k lékaři
- do zdravotnických zařízení
- do domovů pro seniory a dalších zařízení sociálních služeb
- do domů s pečovatelskou službou
- na úřady a další instituce k vyřizování osobních záležitostí
- na ústřední hřbitov

## ZA KOLIK?

**40 Kč** za jednu cestu včetně jedné doprovázející osoby v rámci městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz

**50 Kč** za jednu cestu včetně jedné doprovázející osoby mimo městský obvod Moravská Ostrava a Přívoz

## JAK ČASTO?

Službu Senior express!!! můžete využít na 6 jízd měsíčně, např. 3 jízdy do městské nemocnice a 3 jízdy zpět domů.

Průkaz mějte vždy s sebou.

Automobil je přizpůsoben pro osoby s chodítkem nebo invalidním vozíkem. Dopravce vám pomůže při nástupu i výstupu.