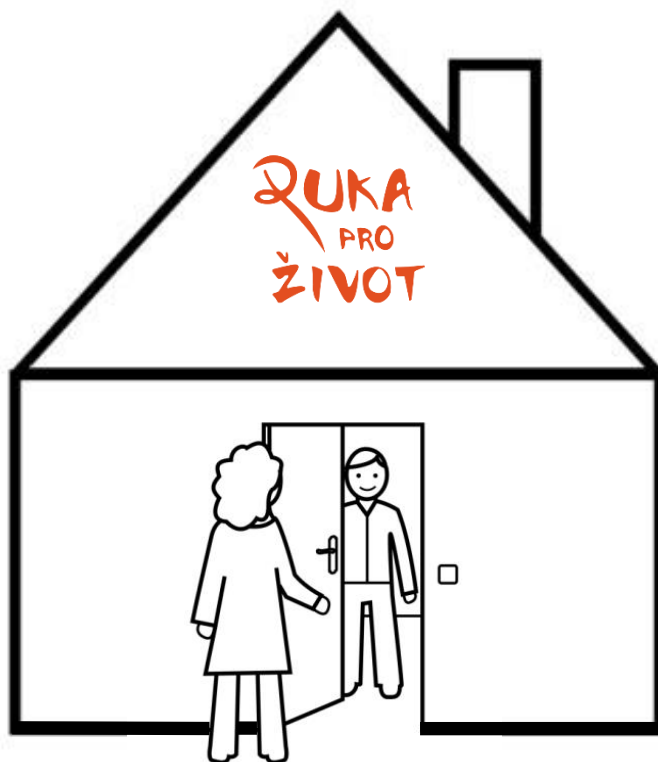


# PŘIJĎTE MEZI NÁS

## Informace pro zájemce o službu Domov Ostromečská



### **Domov Ostromečská**

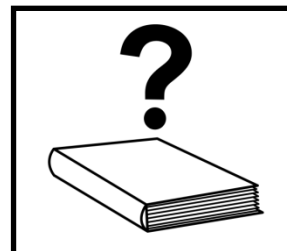
Ruka pro život o.p.s.  
Ostromečská 395/5, 130 00 Praha 3 - Žižkov  
telefon: 725 990 287, 725 732 294  
email: domovostromecska@rukaprozivot.cz

### **Ruka pro život o.p.s.**

sídlo: Rajmonova 1199/4, 182 00 Praha 8 - Kobylisy  
ředitelka: Mgr. Lenka Antonie Janišťinová  
IČO: 27017699  
číslo účtu: 1978381309/0800  
telefon: 283 881 666 nebo 733 158 496  
e-mail: info@rukaprozivot.cz  
www.rukaprozivot.cz

# 1. O čem bude tato knížka?

Tato knížka je pro lidi,  
kteří chtějí bydlet v Domově Ostromečská.  
Dále tomu budeme říkat jen **Domov**.



Vysvětlí mi, co je to Domov.  
Vysvětlí mi, co je třeba udělat, abych mohl v Domově žít.

Knížku si můžu přečíst, i když už bydlím v Domově dlouho  
a chci si něco zopakovat.

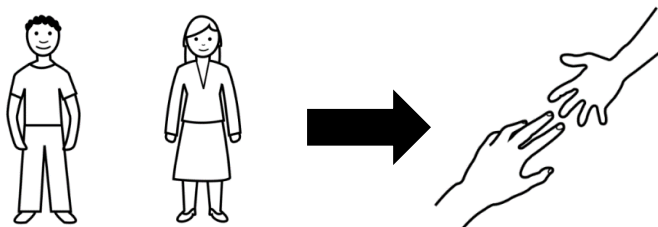
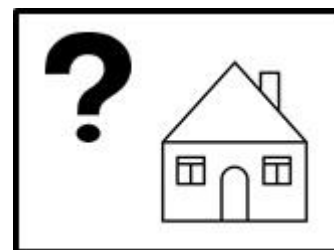
# 2. Co je Domov?

Domov je sociální služba.

**Sociální služby** jsou pro lidi,  
kteří mají v životě nějaké problémy nebo nějaké postižení  
a chtějí od někoho pomoci.

Sociální služby pomáhají lidem problémy vyřešit nebo je zmírnit.

Sociální služby pomáhají lidem žít lépe a spokojeněji.



Domov je stálé bydlení pro lidi,  
kteří potřebují pomáhat s některými běžnými věcmi v životě.

Domovů pro lidi se zdravotním postižením je hodně a každý je trochu jiný.  
V této knížce se píše jen o tom, který provozuje Ruka pro život v Praze.

V Domově mohou uživatelé spát každou noc.

Ale nemusí.

Můžou jet třeba na celý víkend k rodičům.

Nebo můžou jet s kamarády na dovolenou.

Uživatelé ale nesmí v Domově chybět více než 60 dní za rok.

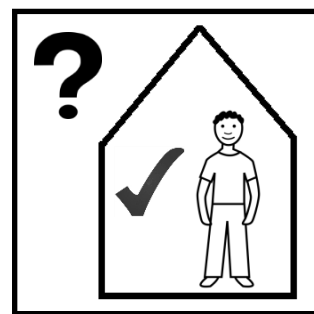


### 3. Kdo může v Domově bydlet?

V Domově **můžou bydlet** lidé, kteří mají středně těžké nebo těžké mentální postižení a autismus.

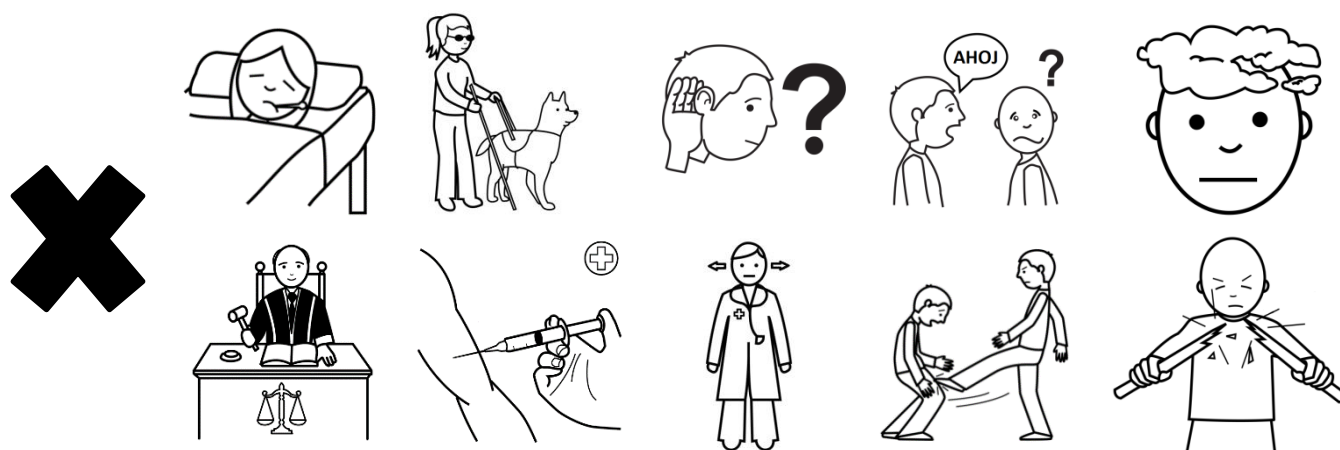
Lidem, kteří bydlí v Domově, musí být alespoň 17 let.

V Domově můžou bydlet ženy i muži.



Lidem, kteří bydlí v Domově, budeme říkat **uživatelé**, protože užívají sociální službu.

V Domově můžou bydlet dohromady 4 uživatelé.



#### V Domově **nemůžou bydlet** lidé

- kteří mají nějakou vážnou nakažlivou nemoc
- kteří nevidí nebo neslyší
- kteří nerozumí českému jazyku
- kteří mají vážnou duševní nemoc
- kterým soud nařídil ochrannou léčbu
- kteří celý den potřebují pomoc zdravotní sestry
- kterým lékař pobyt v Domově nedoporučí
- kteří ubližují nebo nadávají jiným lidem nebo schválně rozbíjí věci
- kteří jsou celý den upoutaní na lůžko
- kteří nemají trvalé bydliště v Praze.



Abych mohl v Domově žít, tak musím mít nějaký cíl.  
To znamená, že se musím chtít něco naučit, v něčem se zlepšit nebo nějak změnit můj život k lepšímu.

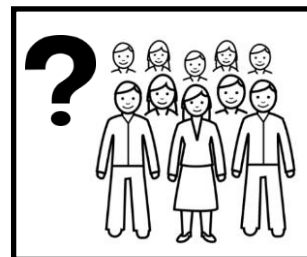
Můj cíl musí být podobný cílům Domova.

### **Domov má takové cíle:**

- Aby uživatelé byli co nejsamostatnější při jídle, při koupání, při oblékání a podobně.
- Aby se uživatelé dokázali starat o domácnost.  
To znamená například zametat podlahu, prát si svoje oblečení a podobně.
- Aby uživatelé uměli využívat běžné služby.  
To znamená například nakoupit jídlo v obchodě, půjčit si knížku v knihovně nebo jezdit autobusem.
- Aby si uživatelé uměli vyřizovat své osobní záležitosti.  
To znamená například poslat dopis nebo se objednat k lékaři.
- Aby uživatelé dokázali co nejlépe číst, psát, počítat a pamatovat si věci.
- Aby uživatelé rozuměli světu.
- Aby se uživatelé dokázali domluvit s ostatními.
- Aby uživatelé chodili do školy nebo aby si dokázali hledat práci.
- Aby se uživatelé uměli starat o své zdraví.
- Aby se uživatelé cítili v pohodě.
- Aby se uživatelé mohli co nejčastěji setkávat s rodinou, přáteli a lidmi z okolí a aby spolu dobře vycházeli.
- Aby uživatelé dokázali využít svůj volný čas a mohli dělat to, co je baví.

## 4. Kdo v Domově pracuje?

Celý den a celou noc jsou v Domově i lidé, kteří uživatelům pomáhají, když to potřebují. Budeme jim říkat pracovníci, protože v Domově pracují.



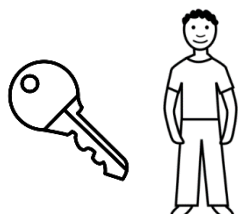
**Pracovníci pomáhají uživatelům aby si vytvořili vlastní místo pro život dle jejich přání a potřeb, zapojili se do běžného chodu domácnosti a získali pocit, že jsou doma.**

Pracovníci pomáhají uživatelům splnit jejich cíle.



**Pracovníci se k uživatelům chovají podle těchto zásad:**

- Pracovníci berou každého uživatele takového, jaký je.
- Pracovníci se co nejvíce řídí tím, co si uživatelé přejí a nepřejí.
- Pracovníky nejvíc zajímá, v čem jsou uživatelé dobří a v tom je také podporují.
- Pracovníci využívají všechny možnosti, jak uživatele podpořit.
- Pracovníci zapojují uživatele do vymýšlení programu a do péče o byt.
- Pracovníci podporují nezávislost uživatelů.
- Pracovníci stále vymýšlí, co nového by mohli s uživateli dělat.
- Pracovníci přizpůsobují službu tomu, co uživatelé potřebují.



Jeden z pracovníků bude můj **klíčový pracovník**.

Klíčový pracovník se mnou bude plánovat, co budu v Domově dělat, a pomůže mi řešit mé osobní záležitosti, přání a trápení.

Jeden z pracovníků je zároveň vedoucí Domova.

Vedoucí dohlíží na ostatní pracovníky a pomáhá jim.

Někdy je v domě pán, který opravuje závady a taky paní uklízečka.

Někdy přijedou na návštěvu pracovníci z jiných Denních stacionářů Ruky pro život nebo studenti, dobrovolníci a pracovníci z jiných organizací.

## 5. Kde je Domov?

Domov je ve velkém patrovém domě v Praze, v části města Žižkov.

Dům je v ulici Ostromečská, červené číslo domu je 395, modré 5.



Kousek od domu je zastávka autobusů.

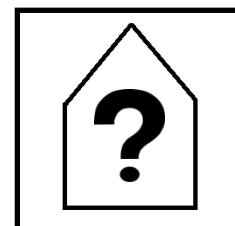
Zastávka se jmenuje Ostromečská.

V okolí domu je spousta obchodů a parků.

## 6. Jak to v Domově vypadá?

Panelový dům má sedm pater.

Domov je ve druhém patře.



V Domově to vypadá podobně jako v obyčejném bytě.

Byt má čtyři ložnice.

V každé ložnici bydlí jeden člověk.

V bytě je ještě velká místnost s kuchyní, jídelním stolem a pohovkami, koupelny a záchody. V bytě je malá místnost určená pro pracovníky.

V bytě jsou tři balkóny.

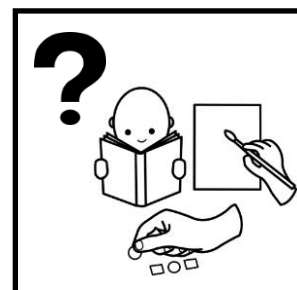
V domě jsou schody i výtah, takže v něm můžou být i lidé na vozíčku a lidé, kterým se špatně chodí.



## 8. Co můžu v Domově dělat?

Svůj den můžu trávit tak, jak se mi to líbí.

Můžu chodit do práce nebo do školy.



Můžu jít na vycházku, sportovat nebo za kulturou.



Můžu také zůstat v bytě a dělat, co mě baví.  
Třeba poslouchat písničky, malovat, číst si nebo hrát hry s ostatními.

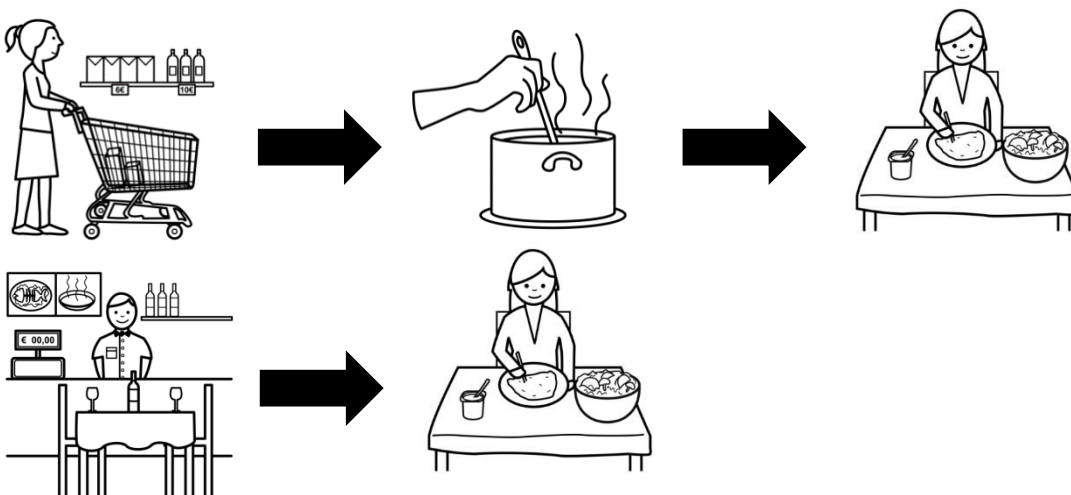
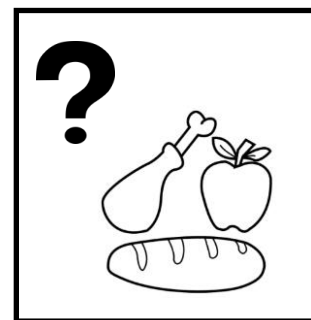


O byt a své věci se musím starat.  
Budu uklízet, prát, nakupovat a vařit.

Pracovníci mi ukážou, jak se co dělá.  
Když si nebudu vědět rady,  
tak mi pracovníci pomůžou.

## 9. Co budu v Domově jíst?

Můžu si kupovat jídlo v obchodě a vařit si v bytě,  
to je levnější.  
Můžu jíst venku v restauraci, to je dražší.



Přijďte mezi nás – Informace pro zájemce o službu Domov Ostromečská

Platí od 1. října 2020

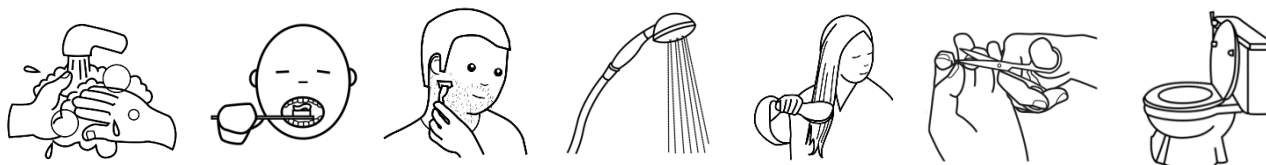
Strana 7 z 11

## 10. S čím mi pracovníci pomůžou?

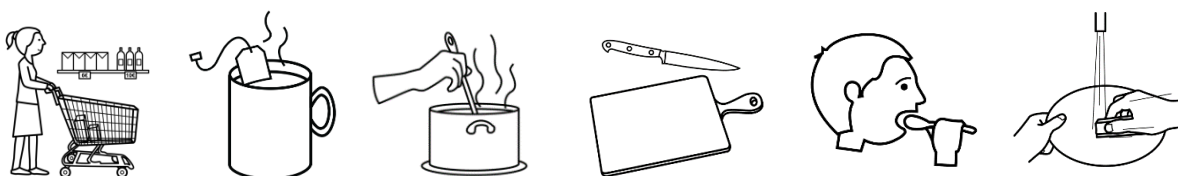
Pracovníci mi budou pomáhat, jen když to budu chtít nebo když budu pomoc potřebovat.



Pracovníci mi můžou pomáhat:



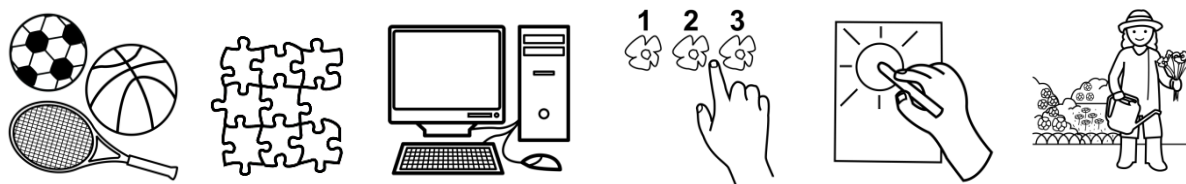
- s hygienou (to znamená s mytím rukou, čištěním zubů, holením, koupáním, česáním, stříháním nehtů a chozením na záchod)



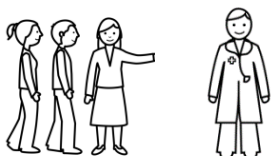
- se stravováním (to znamená s nakupováním potravin, vařením čaje, vařením jídla, krájením, nabíráním jídla příborem, ohříváním, umýváním nádobí a podobně)



- s úklidem bytu a péčí o mé věci (to znamená s praním, žehlením, luxováním, utíráním prachu a podobně)

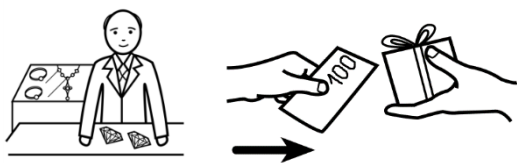


- s trávením mého volného času (to znamená, že se mnou pracovníci můžou chodit sportovat, chodit se mnou na vycházky, hrát se mnou hry, pracovat se mnou na počítači, procvičovat se mnou psaní a počítání a podobně)

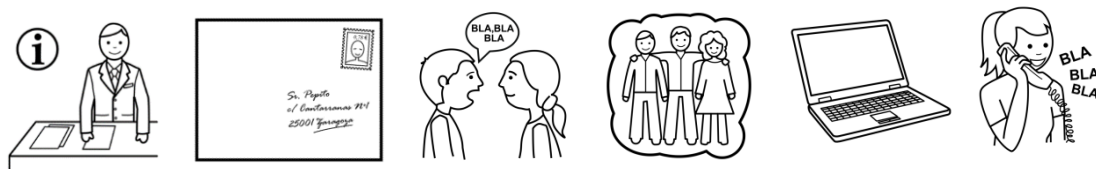




- doprovázením k lékaři, do školy, do práce a podobně



- s hospodařením s penězi (to znamená s nakupováním, s placením účtů a se spořením peněz)



- s osobními záležitostmi (to znamená třeba s vyřizováním dokladů, se vztahy s jinými lidmi, s hledáním práce a podobně)

Může se stát, že budu mít nějaké problémy nebo přání, se kterými mi pracovníci nebudou umět pomoci. Pracovníci mi ale vždy poradí, kde jinde mi s tím pomůžou. Například mi poví, jakou jinou sociální službu můžu využít.

## 11. Kolik peněz stojí Domov?

V Domově se platí

za ubytování, za jídlo a za pomoc pracovníků.

V Domově jsou jen jednolůžkové pokoje.

Za ubytování v jednolůžkovém pokoji budu platit 200 korun za den.

Lůžko na pokoji patří jen mně, proto budu platit za celý měsíc, podle toho kolik má měsíc dnů.

Za jídlo na celý den budu platit 160 korun.

Počítá se do toho snídaně, dopolední svačina, oběd, odpolední svačina, večeře a pití, které se připraví v bytě.

Sladkosti, pamlsky, jídlo v restauraci, pití v kavárně a podobně si musím zaplatit zvlášť z kapesného.

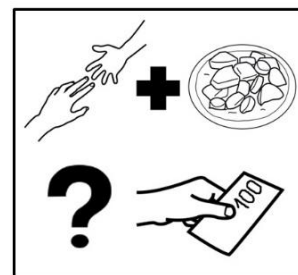
Kapesné je část peněz,

která mi musí zůstat po zaplacení ubytování, stravy a péče pracovníků.

Podle vyhlášky mi musí zůstat alespoň 15 % mých příjmů.

Do příjmů se počítají sociální dávky, důchod, plat ze zaměstnání a další peníze, které dostávám pravidelně každý měsíc.

Do příjmů se nepočítá příspěvek na péči.



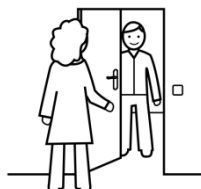
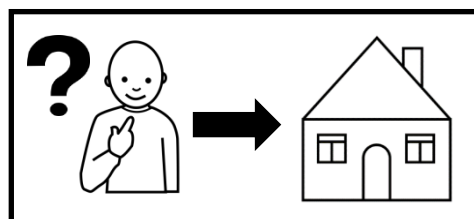
Za péči pracovníků v Domově zaplatím každý měsíc stejnou částku, kterou dostávám od státu jako příspěvek na péči.

Na začátku každého měsíce dostanu fakturu.

Faktura je papír, na kterém je napsáno:

- co jsem všechno snědl,
- kolik mám zaplatit za ubytování, stravování a pomoc pracovníků,
- do kdy mám zaplatit,
- kolik dní jsem v Domově chyběl.

## 12. Co je třeba udělat, abych mohl bydlet v Domově?



Nejdříve musím do Domova zavolat, napsat nebo přijít.  
Telefon, e-mail a adresu najdu na první stránce.

Potom si se mnou vedoucí domluví schůzku.

Schůzka se bude konat v kanceláři vedoucí.

Na schůzku můžu přijít s doprovodem, třeba s někým z mojí rodiny.

Pokud mám opatrovníka, tak musí jít na schůzku se mnou.



Vedoucí mi ukáže, jak to v Domově vypadá.

Vedoucí mi představí ostatní pracovníky i uživatele.

Vedoucí mi poví všechno o Domově.

Vedoucí mi také vysvětlí pravidla Domova.

Těm pravidlům se říká Řád programu Domov Ostromečská.

Abych mohl v Domově bydlet, musím mít potvrzení od svého lékaře.

Lékař napíše, že tato služba je pro mě vhodná.

Musím mít také potvrzení o očkování proti žloutence typu B.

Potom se mě vedoucí bude ptát na spoustu věcí, aby zjistila, jestli je pro mě Domov vhodný a jestli v něm můžu bydlet.

Vedoucí se mě zeptá například:

- proč se chci do Domova nastěhovat
- s čím potřebuji pomáhat
- co mě baví
- jaká mám přání
- co se chci naučit.



Pokud vedoucí zjistí, že pro mě Domov není vhodný, tak mi pomůže najít jinou sociální službu.

Může se také stát, že Domově zrovna nebude místo.

Můžu počkat, až v Domově místo bude.

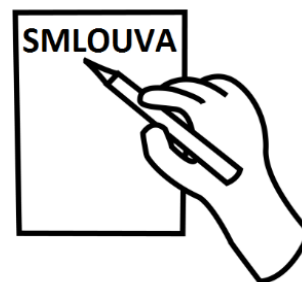
Může to ale trvat dlouho, třeba několik měsíců nebo i několik let.

Abych mohl žít v Domově, tak musím podepsat smlouvu.

**Smlouva** je dohoda mezi mnou a Rukou pro život napsaná na papír.

Ve smlouvě bude napsané například:

- kde budu bydlet
- kolik mě to bude stát peněz
- jaký mám cíl.



Teď už vím všechno a pracovníci se na mě těší.

## Místo pro moje poznámky a otázky:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Piktogramy použité v tomto dokumentu vytvořil Sergio Palao pro CATEDU (<http://catedu.es/arasaac/>)