Spolufinancováno Evropskou unií

Královéhradecký kraj



PRŮVODCE PRO PEČUJÍCÍ



Projekt "Rozvoj regionálního partnerství v sociální oblasti na území obcí Královéhradeckého kraje III, reg. č. CZ.03.02.02/00/22_006/0000241"
http://socialnisluzby.kr-kralovehradecky.cz

HRADECKÝ VENKOV

mikroregion Hustířanka

Obsah

1. Jsem na péči sám(a), kde sehnat pomoc a co udělat nejdříve 4
2. Kam se mohu obrátit, když potřebuji radu 5
2.1 Obecní úřad 5
2.2 Úřad práce České republiky 5
2.3 Česká správa sociálního zabezpečení (ČSSZ) 5
2.4 Sociální pracovníci ve zdravotnických zařízeních 5
2.5 Neziskové organizace 6
2.6 Sociální práce v mikroregionu Nechanicko a Urbanická brázda 6
3. Finanční zajištění 7
3.1 Starobní důchod 7
3.2 Invalidní důchod 7
3.3 Sociální dávky 7
3.4 Příspěvek na péči 8
3.5 Karta ZTP 8
3.6 Příspěvek na mobilitu 9
3.7 Příspěvek na kompenzační pomůcku 9
3.8 Dávky v hmotné nouzi 9
3.9 Nemocenské dávky 9
3.10 Dlouhodobé ošetřovné 10
4. Doklady 11
4.1 Ověřování podpisu 11
4.2 Plná moc 12
4.3 Občanský průkaz 13
5. Sociální a zdravotní služby 14
5.1 Pečovatelské služby 14
5.2 Domovy pro seniory a se zvláštním režimem 14
5.3 Osobní asistence 14
5.4 Odlehčovací služby a denní stacionáře 14
5.5 Poradenství a krizová pomoc 15
5.6 Azylové domy a chráněné bydlení 15
5.7 Raná péče a pomoc rodinám 15
5.8 Nízkoprahové služby a programy pro děti a mládež 15
6. Kompenzační pomůcky 16

6.1 Zapůjčení kompenzačních pomůcek ... 16
6.2 Kompenzační pomůcky hrazené pojišťovnou ... 17
7. Opatrovnictví ... 18
7.1 Co je opatrovnictví? ... 18
7.2 Kdy se opatrovnictví uplatňuje? ... 18
7.3 Kdo může být opatrovníkem? ... 18
7.4 Jak probíhá řízení o opatrovnictví? ... 19
7.5 Práva a povinnosti opatrovníka ... 19
8. Zajištění pozůstalosti ... 20
8.1 Přivolání lékaře a vystavení úmrtního listu ... 20
8.2 Zajištění pohřbu ... 20
8.3 Co dalšího je třeba zařídit ... 21
8.4 Podpora a péče o sebe ... 21
9. Adresář kontaktů ... 22

1. Jsem na péči sám(a), kde sehnat pomoc a co udělat nejdříve

Péče o blízkého člověka je náročná a často velmi vyčerpávající. Když na ni zůstane člověk sám, může se cítit zahlcený, unavený a bezradný. Důležité je vědět, že na péči nemusíte být sami a že existuje řada možností, jak získat pomoc a podporu. Prvním krokem je obrátit se na své nejbližší – rodinu, přátele nebo i sousedy. Sdílení péče s ostatními může výrazně ulevit. I malá pomoc, jako je vyřízení nákupu, doprovod k lékaři nebo jen rozhovor, může mít velký význam.

Další krok by měl vést k praktickému lékaři osoby, o kterou pečujete. Lékař vám poskytne potřebné informace o zdravotním stavu vašeho blízkého a může poradit s podáním návrhu na příspěvek na péči. Právě tento příspěvek je základní formou státní podpory lidem, kteří kvůli zdravotnímu stavu potřebují každodenní pomoc druhé osoby. O příspěvek se žádá na úřadu práce v místě bydliště pečovaného. Vyplnění žádosti je možné osobě i online a je důležité tím neotálet.

Paralelně s těmito kroky je velmi nutné zmapovat dostupné sociální služby ve vašem okolí. V každém kraji nebo regionu existují organizace, které pomáhají pečujícím osobám. Nabízejí pečovatelské služby, odlehčovací péči, pomoc v domácnosti, poradenství, ale i podporu formou skupinových setkání nebo psychologické pomoci. Skvělým výchozím bodem je například web www.pecujdoma.cz, kde najdete přehledné informace, kontakty a užitečné rady. Dobrým typem je také vytvořit si jednoduchý plán péče. Sepište si, co všechno je potřeba během dne nebo týdne zařídit – péči o hygienu, stravu, léky, dopravu, návštěvy u lékařů nebo úřední záležitosti. Díky tomu získáte větší přehled, budete se cítit jistěji a snáze pak také zapojíte další pomoc.

A nezapomeňte – i když se staráte o druhého, nesmíte zapomínat na sebe. Pravidelný odpočinek, čas pro sebe a péče o vlastní zdraví jsou naprosto nezbytné. Pokud cítíte dlouhodobý stres, vyčerpání nebo známky vyhoření, nebojte se vyhledat odbornou psychologickou pomoc nebo se obrátit na krizové linky. Silný pečující je ten, kdo myslí i na své potřeby.

2. Kam se mohu obrátit, když potřebuji radu

Instituce, na které se můžete obrátit při zahájení nebo během péče o blízkou osobu:

2.1 Obecní úřad

Sociální pracovník na obecním úřadě vám může poskytnout informace o dostupné pomoci. Pomůže s vyřízením dávek, zdravotních pomůcek a nasměruje vás na vhodné sociální, zdravotní nebo vzdělávací služby. Také vám může doporučit organizace v okolí, které poskytují další podporu. Pokud ve vaší obci sociální pracovník nepůsobí, obraťte se na úřad ve větším sousedním městě.

Sociální pracovníci působící na obecních úřadech jsou důležitým kontaktním místem pro pečující i pečované osoby. Pomáhají lidem v obtížných životních situacích – poskytují poradenství, pomáhají s orientací v dávkách, v nabídce sociálních služeb, nebo s vyplňováním žádostí. Umí propojit rodinu s pečovatelskou službou, domluvit příspěvek na péči, poradit s možnostmi odlehčovací péče nebo s umístěním do pobytového zařízení. Jsou často prvními, na které se můžete obrátit, pokud si nevíte rady – ať už potřebujete jen informace, podporu nebo praktickou pomoc.

2.2 Úřad práce České republiky

Tento úřad je odpovědný za vyřizování žádostí o příspěvek na péči a další finanční podpory pro osoby se zdravotním postižením. Pokud si nejste jisti, na jaké dávky máte nárok, obraťte se na zaměstnance úřadu, kteří vám poskytnou základní poradenství ohledně dávek, pojištění a možností další podpory.

2.3 Česká správa sociálního zabezpečení (ČSSZ)

Tato instituce se zabývá žádostmi o dlouhodobé ošetřovné a důchody. Pro podání žádosti nebo konzultaci se obraťte na příslušné pracoviště podle místa vašeho trvalého bydliště.

2.4 Sociální pracovníci ve zdravotnických zařízeních

Pokud plánujete pečovat o blízkého v domácím prostředí po hospitalizaci, sociální pracovník v nemocnici vám pomůže s organizací potřebných služeb. Také vám poradí při podávání žádostí o umístění do pobytových sociálních zařízení a poskytne informace o dostupných dávkách pro pečující osoby.

2.5 Neziskové organizace

Tyto organizace nabízejí odborné poradenství a podporu v různých oblastech péče. Pomohou vám získat informace a asistenci podle vašich konkrétních potřeb.

2.6 Sociální práce v mikroregionu Nechanicko a Urbanická brázda

Aktuálně v našem území, v rámci mikroregionu Nechanicko a Urbanická brázda působí sdílení sociální pracovníci. Jejich činnost je prakticky totožná s činností sociálních pracovníků na obcích, jsou tedy obvykle prvními odborníky, na které se můžete obracet a kteří jsou schopni poskytnout konzultaci bez odkladu a v místě vašeho bydliště. Poskytují poradenství, pomáhají s podáním žádostí o dávky Úřadu práce, o důchod, při jednání s dalšími úřady a institucemi. Pomohou i s jednáním s konkrétní sociální nebo jinou službou.

3. Finanční zajištění

Péče o blízkého člověka je nejen časově a emočně náročná, ale také finančně zatěžující. Mnoho pečujících se vzdává práce, pracuje na zkrácený úvazek nebo čelí vyšším výdajům spojeným se zdravotními a sociálními potřebami pečované osoby. Naštěstí existují různé formy finanční podpory od státu, které mohou situaci alespoň částečně usnadnit. Tato kapitola vám představí přehled nejdůležitějších dávek, příspěvků a průkazů včetně praktických informací, kde a jak o ně žádat.

3.1 Starobní důchod

Starobní důchod je pravidelná penze, kterou stát vyplácí osobám, které dosáhly důchodového věku a splnily potřebnou dobu pojištění. Zajišťuje základní příjem ve stáří, často tvoří hlavní zdroj financí pečované osoby.

O starobní důchod se žádá na Okresní správě sociálního zabezpečení (OSSZ) podle místa trvalého bydliště. Je možné využít i online portál ČSSZ.

3.2 Invalidní důchod

Invalidní důchod je dávka pro osoby, které kvůli zdravotnímu stavu zcela nebo částečně ztratily schopnost pracovat. Poskytuje finanční jistotu osobám, které nemohou pracovat ze zdravotních důvodů. Může být přiznán ve třech stupních podle závažnosti postižení.

O invalidní důchod lze zažádat osobně na OSSZ – je zde třeba doložit lékařskou dokumentaci a žádost.

3.3 Sociální dávky

Sociální dávky jsou státní finanční podpora určená ke zmírnění nákladů na péči, výchovu dětí, bydlení nebo zajištění základních životních potřeb. Nejedná se pouze o pomoc v hmotné nouzi – řada těchto dávek je dostupná i pro běžné rodiny a jednotlivce, kteří se dostanou do složitější životní situace, například kvůli péči o blízkou osobu, ztrátě zaměstnání nebo zvýšeným nákladům na domácnost.

Kdy se to může hodit:

- Pokud pečující osoba zůstává doma a nemá vlastní příjem nebo pracuje jen částečně.

- Když rodina čelí vysokým výdajům za bydlení, zdravotní péči nebo pomůcky.
- Jestliže je v domácnosti nezaopatřené dítě, senior nebo osoba se zdravotním postižením.
- Pokud došlo ke ztrátě zaměstnání nebo dlouhodobému poklesu příjmů.

Jaké dávky sem patří:

- **Příspěvek na péči** – pro osoby, které z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu potřebují pomoc jiné fyzické osoby
- **Přídavek na dítě** – pro rodiny s nezaopatřenými dětmi.
- **Příspěvek na bydlení** – pomáhá s hrazením nákladů na nájem a energie.
- **Porodné a rodičovský příspěvek** – pro rodiny s malými dětmi.
- **Pohřebné** – jednorázový příspěvek při vypravení pohřbu.
- **Příspěvek na živobytí a doplatek na bydlení** – součást dávek v hmotné nouzi.

3.4 Příspěvek na péči

Příspěvek na péči je příspěvek pro osoby, které kvůli zdravotnímu stavu potřebují pomoc druhé osoby při běžných činnostech. Příspěvek je určen pečované osobě, která ho může použít na zaplacení péče – buď rodinnému pečujícímu, nebo poskytovateli sociálních služeb.

O příspěvek na péči lze žádat na Úřadu práce, který na základě žádosti zahájí řízení, provede sociální šetření, opatří si zprávu ošetřujícího lékaře a provede posudkové řízení.

3.5 Karta ZTP

Jde o průkaz osoby se zdravotním postižením (ZTP = těžké postižení, ZTP/P = zvlášť těžké postižení s potřebou průvodce). Umožňuje slevy na dopravu, parkování, volné nebo zlevněné vstupy do některých památek a kulturních zařízení a také nárok na příspěvky (mobilita, kompenzační pomůcky). Průkaz ZTP/P navíc opravňuje k využití výhod pro doprovod.

Žádost o průkaz osoby se zdravotním postižením se podává na Úřadu práce. Ten si následně sám vyžádá zdravotní dokumentaci od ošetřujících lékařů a zajistí lékařské posouzení zdravotního stavu.

3.6 Příspěvek na mobilitu

Příspěvek na mobilitu je pravidelná měsíční dávka, aktuálně 900 Kč, pro osoby se ztíženou schopností pohybu nebo orientace, které pravidelně využívají dopravu. Pomáhá pokrýt náklady na dopravu – speciální přepravu, veřejnou dopravu apod.

O příspěvek na mobilitu lze žádat na Úřadu práce. Podmínkou je nárok na průkaz ZTP nebo ZTP/P.

3.7 Příspěvek na kompenzační pomůcku

Příspěvek na kompenzační pomůcku je jednorázový příspěvek na pořízení pomůcek, které zlepšují soběstačnost (např. elektrický vozík, schodolez, sluchadlo apod.). Zajišťuje finanční dostupnost pomůcek, které usnadňují život pečovanému a ulehčí péči.

Lze žádat na Úřadu práce – oddělení dávek pro osoby se zdravotním postižením. Je potřeba lékařské potvrzení a odborné doporučení.

3.8 Dávky v hmotné nouzi

Dávky v hmotné nouzi jsou určeny na pomoc lidem, kteří nemají dostatek prostředků ani na zajištění základních životních potřeb. Jedná se o příspěvek na živobytí a doplatek na bydlení. Zajišťuje základní životní podmínky v krizové situaci – pro jednotlivce i rodiny.

Lze žádat na Úřadu práce s doložením příjmů, nákladů a majetku domácnosti.

3.9 Nemocenské dávky

Nemocenské dávky jsou finanční podpora vyplácená osobě, která kvůli nemoci nemůže dočasně pracovat (a má nemocenské pojištění). Pokud pečující osoba onemocní nebo je dlouhodobě indisponována může čerpat nemocenskou.

Lze žádat přes zaměstnavatele (pokud jste zaměstnanci), nebo u OSSZ (jako OSVČ) prostřednictvím vašeho praktického lékaře.

3.10 Dlouhodobé ošetřovné

Dlouhodobé ošetřovné je dávka, která umožňuje pečujícím čerpat pracovní volno až 90 dní s náhradou příjmu při péči o blízkou osobu propuštěnou z nemocnice. Dává čas i prostředky na to, postarat se o blízkého člověka doma bez toho, aby pečující musel ihned zpět do zaměstnání. Vztahuje se na osoby blízké a spolubydlící.

4. Doklady

V péči o blízkou osobu hrají doklady a formální náležitosti často důležitou roli. Ať už jde o vyřizování na úřadech, přebírání pošty, zajišťování sociálních dávek nebo spravování osobních záležitostí – bez správných dokumentů a oprávnění se pečující osoba může dostat do zbytečně složité situace. V této kapitole najdete základní přehled o tom, jaké doklady můžete potřebovat a jak s nimi pracovat.

4.1 Ověřování podpisu

Při vyřizování úředních záležitostí nebo podpisu důležitých dokumentů může být vyžadováno ověření podpisu. To znamená, že podpis na dokumentu musí být ověřen pracovníkem, který potvrdí, že jej podepsala skutečně ta osoba, která je na dokumentu uvedena.

Ověřený podpis potvrzuje, že dokument podepsala daná osoba. Mnohé úřady, banky, pojišťovny nebo instituce požadují, aby byl podpis na plné moci, čestném prohlášení nebo žádosti úředně ověřen. Je to pojistka proti podvodům a zároveň důkaz, že osoba byla schopna a ochotna úkon udělat.

Kdy se to může hodit:

- Když potřebujete od blízké osoby plnou moc k zastupování.
- Pokud sepisujete dokumenty týkající se majetku, dávek, příspěvků nebo smluv.
- V situaci, kdy je nutné ověřit, že rozhodnutí udělal opravdu pečovaný člověk.

Kde ověřit podpis:

- Na obecním úřadě (matrice).
- Na pobočkách Czech POINT (např. vybrané pošty).
- U notáře.

Ověření trvá několik minut, vyžaduje zaplacení drobného správního poplatku, předložení platného dokladu totožnosti (např. občanského průkazu). Pokud pečovaná osoba není schopna dojít za ověřovatelem, lze ověření v některých případech provést i doma – je ale nutné se předem domluvit.

4.2 Plná moc

Plná moc vám umožní jednat za druhou osobu – například přebírat poštu, vyřizovat dávky, komunikovat s úřady nebo jednat s bankou. Je to zákonný způsob, jak zastupovat někoho, kdo není omezen na svéprávnosti, ale není schopen vše řešit sám.

Pokud pečujete o někoho, kdo už sám nezvládá vyřizovat své záležitosti, ale je ještě schopen rozhodovat a jednat, je velmi užitečné sepsat **plnou moc**. Díky ní vás může blízký člověk zmocnit, abyste v jeho zastoupení jednali například na úřadech, na poště, v bance nebo u lékaře.

Plná moc může být:

- **Obecná** – pro různé úkony (např. všeobecné zastupování).
- **Účelová/jednorázová** – pro konkrétní záležitost (např. převzetí pošty, zastupování při podání žádosti o příspěvek na péči).

Plná moc musí být **písemná** a v mnoha případech **s úředně ověřeným podpisem**. Vzor plné moci je možné získat na úřadech, v bankách nebo online, případně si ji můžete nechat sepsat u notáře. Plná moc zaniká uplynutím doby nebo pominutím důvodu, pro který byla udělena, odvoláním nebo úmrtím osoby, která ji udělila.

Kdy se to může hodit:

- Když pečovaná osoba už nezvládá docházet na úřady nebo telefonovat, ale stále je schopna vás pověřit.
- Když je potřeba vyřídit příspěvek na péči, změnu zdravotní pojišťovny, řešit finance, sociální dávky nebo podepisovat smlouvy.
- Pokud má pečovaný člověk omezený pohyb nebo duševní schopnosti, ale stále rozumí, co se děje.

Jak na to:

Plná moc musí být písemná. Lze ji napsat ručně nebo použít předpřipravený vzor (např. z webu úřadu nebo banky). Pro většinu institucí stačí jednoduché znění. U důležitějších úkonů (např. jednání s bankou) je potřeba **úředně ověřený podpis**.

4.3 Občanský průkaz

Občanský průkaz je základní osobní doklad, bez kterého nelze například požádat o příspěvek na péči, řešit důchod, zdravotní pojištění nebo jiné úřední záležitosti. Pokud se staráte o osobu, která už není schopna svůj doklad nosit nebo předkládat, doporučujeme jej mít v bezpečí na známém místě – například společně s dalšími důležitými dokumenty.

Co je důležité vědět:

- V případě ztráty, poškození nebo konce platnosti je třeba požádat o nový občanský průkaz na obecním úřadě jakékoliv obce s rozšířenou působností.
- Pokud se blíží konec platnosti dokladu, můžete žádat o nový až 180 dní předem.
- Pečovaná osoba musí žádost podepsat osobně (výjimky jsou možné pouze u těžkého zdravotního stavu – pak může být žádost vyřízena za zvláštních podmínek).

Při úmrtí pečované osoby se občanský průkaz vrací na matriku nebo se odevzdává při organizaci pohřbu.

Kdy se to může hodit:

- Při vyřizování příspěvku na péči nebo jiných dávek.
- Při návštěvě lékařů, při hospitalizaci nebo při změně zdravotní pojišťovny.
- Při jakémkoli kontaktu s úřady nebo institucemi, které potřebují potvrdit totožnost pečovaného.

5. Sociální a zdravotní služby

V obtížných životních situacích, kdy už péče o blízkého přesahuje možnosti rodiny, je možné využít síť profesionálních služeb v regionu. Tyto služby mohou být terénní (v domácím prostředí), ambulantní (docházkové) nebo pobytové (domovy, zařízení).

5.1 Pečovatelské služby

- Pomáhají seniorům a osobám se sníženou soběstačností doma – s hygienou, jídlem, nákupy, doprovody k lékaři.
- Zajišťují např. organizace **Obecný zájem**, **Domácí zdravotní péče Hradec Králové** nebo **Oblastní charita HK**.

5.2 Domovy pro seniory a se zvláštním režimem

- Určeno pro osoby, které potřebují každodenní péči nebo trpí demencí.
- Příklady: **Domov U Biřičky**, **Domov v Nechanicích**, **SeneCura**, **Domov Černožice**, **Domov důchodců Humburky s pracovištěm v Kratonohách.**

5.3 Osobní asistence

- Individuální pomoc v domácnosti – osobní hygiena, přesuny, strava, doprovody, podpora samostatnosti.
- Poskytovatelé: **Hewer**, **Daneta**, **Oblastní charita**, **PROINTEPO**.

5.4 Odlehčovací služby a denní stacionáře

- Krátkodobé služby, které pomohou **zastoupit pečující osobu**, aby si mohla odpočinout.
- Působí např. **Domov Arreta**, **Domov v Chlumci n. Cidlinou**, **Dům sv. Josefa**, **Daneta**, **Klokan Hořice**. **Hospicová péče**
- Specializovaná péče o nevyléčitelně nemocné osoby v domácím prostředí i v hospici.
- Zajišťují např. **Oblastní charita HK (domácí hospic)** nebo **Hospic Anežky České (pobytový)**.

5.5 Poradenství a krizová pomoc

- **Občanské a odborné poradny** nabízejí pomoc s dluhy, bydlením, právními otázkami, domácím násilím nebo ztrátou blízkého.
- Např. **Poradna Oblastní charity**, **Nomia**, **Občanské poradenské středisko**.

5.6 Azylové domy a chráněné bydlení

- Poskytují **dočasné ubytování a podporu lidem v krizové situaci** – jednotlivcům, matkám s dětmi, seniorům.
- Mezi zařízení patří např. **Dům Žofie**, **Domov pro matky s dětmi v Náchodě**, **Domov Dědina**, **Barevné domky Hajnice**.

5.7 Raná péče a pomoc rodinám

- Služby pro děti se zdravotním postižením, vývojovým opožděním nebo specifickými potřebami a jejich rodiny.
- Např. **Středisko rané péče Sluníčko**, **Centrum LIRA**, **Duháček**.

5.8 Nízkoprahové služby a programy pro děti a mládež

- Bezplatná pomoc dětem a mládeži, které tráví čas v rizikovém prostředí – podpora, doučování, volnočasové aktivity.
- Např. **Modrý pomeranč**, **Klídek**, **Střelka**.

6. Kompenzační pomůcky

Péče o osobu se sníženou soběstačností je fyzicky i psychicky náročná. Jedním ze způsobů, jak si péči usnadnit a zároveň zlepšit kvalitu života pečovaného, je využívání kompenzačních pomůcek. Tyto pomůcky pomáhají lidem s omezenou pohyblivostí nebo jiným zdravotním znevýhodněním zvládat běžné denní činnosti samostatněji, bezpečněji a s menší zátěží pro pečující osobu.

Kompenzační pomůcky mohou mít mnoho podob – od jednoduchých pomůcek, jako jsou antidekubitní podložky nebo nástavce na WC, až po složitější zařízení, například mechanické či elektrické invalidní vozíky, zvedáky, nebo schodolezy. Mnohé z nich pomáhají s pohybem, hygienou, stravováním nebo přesunem z místa na místo.

Důležité je vědět, že řadu kompenzačních pomůcek lze zapůjčit, nebo je možné je získat přes zdravotní pojišťovnu na základě doporučení lékaře. Existují také neziskové organizace, které provozují půjčovny pomůcek za velmi nízký poplatek. V některých případech je možné žádat o finanční příspěvek na jejich pořízení prostřednictvím úřadu práce.

6.1 Zapůjčení kompenzačních pomůcek

Zapůjčení kompenzační pomůcky je rychlým a flexibilním řešením, pokud potřebujete pomůcku pouze dočasně nebo nechcete či nemůžete do nákupu investovat větší částku. Půjčovny obvykle nabízejí široký sortiment – od mechanických a elektrických invalidních vozíků, přes polohovací postele, toaletní křesla, chodítka, až po antidekubitní matrace nebo nástavce na WC.

Půjčovny provozují často neziskové organizace (např. Charita, Diakonie), města a obce v rámci sociálních služeb nebo specializované firmy. Výhodou je, že pomůcku získáte velmi rychle – často i během několika dnů – a v mnoha případech vám ji dovezou až domů a pomohou s jejím nastavením a zaškolením.

Cena půjčovného se liší podle typu pomůcky a délky zapůjčení. Některé půjčovny nabízí pomoc zcela zdarma, například v krizových nebo sociálně znevýhodněných situacích.

Tento způsob je vhodný především:

- při krátkodobém zhoršení zdravotního stavu,
- pokud chcete pomůcku nejprve vyzkoušet,
- v případě čekání na schválení pomůcky od pojišťovny,
- pro osoby, které nepobírají žádné sociální dávky a chtějí ušetřit čas i peníze.

6.2 Kompenzační pomůcky hrazené pojišťovnou

Zdravotní pojišťovny v České republice hradí nebo částečně přispívají na pořízení některých kompenzačních pomůcek, pokud jsou indikované lékařem. Jedná se zejména o pomůcky, které zlepšují mobilitu, podporují hygienu nebo snižují riziko vzniku proleženin – například invalidní vozíky, chodítka, antidekubitní matrace, sluchadla, ortopedické pomůcky nebo přístroje na podporu dýchání.

Proces získání pomůcky hrazené pojišťovnou zahrnuje několik kroků:

1. Navštívit odborného lékaře (např. rehabilitačního, ortopeda, neurologa), který vystaví žádanku.
2. Žádanka je následně schvalována revizním lékařem zdravotní pojišťovny.
3. Po schválení si můžete pomůcku vyzvednout ve zdravotnických potřebách nebo ji zajistí dodavatel, se kterým má pojišťovna smlouvu.

U některých pomůcek je nutné počítat s doplatkem, protože pojišťovna hradí jen část ceny. Doba obnovy pomůcky, tedy jak často vám může být hrazena nová, je stanovena podle druhu pomůcky – například invalidní vozík je možné obměnit po 5 letech.

Tento způsob získání pomůcky je vhodný především:

- pokud je potřeba dlouhodobě nebo trvale,
- chcete mít pomůcku ve vlastnictví,
- hledáte nejefektivnější cestu bez pravidelných poplatků za půjčovnu,
- splňujete zdravotní podmínky pro přiznání.

7. Opatrovnictví

Péče o blízkého člověka může v určitých případech vyžadovat nejen každodenní praktickou pomoc, ale i právní zastoupení. Pokud váš blízký ztrácí schopnost samostatně jednat, například kvůli demenci, mentálnímu postižení nebo vážnému psychickému onemocnění, může být nezbytné zřídit opatrovnictví. Opatrovnictví je právní institut, který má chránit člověka, jež není schopen v plné míře hájit svá práva a zájmy.

7.1 Co je opatrovnictví?

Opatrovnictví je forma právní ochrany osoby, která z důvodu omezené svéprávnosti nemůže plně jednat sama za sebe. Opatrovník jedná v jejím zájmu – pomáhá jí s vyřizováním úředních záležitostí, hospodařením s financemi nebo zdravotní péčí. Opatrovník ale není v nadřízeném postavení k opatrovanému – jeho úkolem je chránit, nikoli ovládat.

7.2 Kdy se opatrovnictví uplatňuje?

Opatrovnictví se využívá v případech, kdy člověk není schopen samostatně rozhodovat například o:

- financích (výběr peněz, placení nájmu, energií, základních potřeb),
- zdravotní péči (souhlas s léčbou),
- úředních úkonech (žádosti o dávky, podpis smluv),
- majetkových záležitostech.

Typickými důvody jsou Alzheimerova choroba, jiná forma demence, mentální postižení nebo vážné duševní onemocnění.

7.3 Kdo může být opatrovníkem?

Opatrovníkem může být:

- příbuzný (např. dítě, sourozenec, rodič),
- jiná blízká osoba (partner, přítel),
- pracovník obce, pokud se v okolí nenajde vhodný člověk.

Soud vždy preferuje osobu, která má k opatrovanci důvěrný vztah a může jednat v jeho prospěch.

7.4 Jak probíhá řízení o opatrovnictví?

1. Podání návrhu k soudu – návrh může podat kdokoliv, kdo má na věci zájem (nejčastěji příbuzný).
2. Znalecký posudek – soud nechá vypracovat posudek o zdravotním stavu opatrovance.
3. Soudní jednání – soud rozhodne, zda je nutné omezit svéprávnost a případně v jakém rozsahu.
4. Zřízení opatrovnictví – soud jmenuje opatrovníka a vymezí jeho pravomoci.

7.5 Práva a povinnosti opatrovníka

Opatrovník má jednat v zájmu opatrovance a je povinen:

- pravidelně informovat soud o své činnosti (většinou jednou ročně),
- dokládat zprávy o hospodaření s majetkem opatrovance,
- konzultovat závažná rozhodnutí se soudem (např. prodej majetku).

Zároveň má opatrovník právo žádat o pomoc sociálních pracovníků nebo poraden, pokud potřebuje podporu při výkonu své funkce.

8. Zajištění pozůstalosti

Úmrtí blízkého člověka je vždy náročnou životní situací, která přináší silné emoce, jako je smutek, bolest, zoufalství. I v této těžké chvíli je však potřeba zařídit některé praktické věci, které s odchodem souvisejí. Následující řádky vám nabídnou přehledný návod, co udělat a na co nezapomenout – krok za krokem a jednoduše.

8.1 Přivolání lékaře a vystavení úmrtního listu

Pokud osoba zemře doma, je nutné ihned přivolat lékaře (nejčastěji záchrannou službu), který provede ohledání a vystaví **list o prohlídce zemřelého**. Tento dokument je potřebný k tomu, aby matrika mohla vystavit oficiální **úmrtní list**. O ten je třeba požádat na matrice v místě úmrtí. K vyřízení s sebou vezměte doklady zemřelého (občanský průkaz, rodný nebo oddací list, pokud jsou dostupné).

Pokud osoba zemře v nemocnici nebo v jiném zařízení jako je například domov pro seniory, LDN nebo hospic, zajistí tyto kroky zpravidla přímo zařízení. Přítomný lékař provede ohledání těla a vystaví list o prohlídce zemřelého. Zařízení následně informuje nejbližší osobu uvedenou v dokumentaci – obvykle telefonicky. Dále buď kontaktuje smluvenou pohřební službu, nebo umožní rodině, aby si pohřební službu vybrala sama. Některá zařízení mají vlastní márnici, jiná převezou tělo zesnulého do pohřebního ústavu.

O úmrtní list poté žádá buď rodina, nebo to na základě plné moci může zařídit pohřební služba. V každém případě doporučujeme být v kontaktu s personálem zařízení a domluvit se na dalším postupu.

8.2 Zajištění pohřbu

Zajištění pohřbu je často první věcí, kterou je třeba po úmrtí řešit. Obrátit se můžete na jakoukoliv **pohřební službu**, která vám pomůže s převozem zesnulého, výběrem pohřebního obřadu, zajištěním smuteční síně i dalších služeb (květiny, parte, hudba). Záleží na vašich přáních a možnostech – může se jednat o klasický pohřeb do země, kremaci, církevní, civilní nebo netradiční rozloučení.

Pohřební služba také může pomoci s úředními náležitostmi, a pokud budete chtít, provede vás celým procesem velmi citlivě. Pokud jste v těžké finanční situaci, je možné požádat o **příspěvek na pohřeb** (tzv. pohřebné), o který se žádá na úřadu

práce. Tento příspěvek činí 5 000 Kč a nárok na něj má osoba, která vypravila pohřeb nezaopatřenému dítěti nebo rodiči tohoto dítěte.

8.3 Co dalšího je třeba zařídit

Po úmrtí blízkého člověka je dobré postupně:

- **Zabezpečit byt nebo dům**, pokud v něm zemřelý bydlel sám – vypnout spotřebiče, zamknout, informovat sousedy.
- **Ukončit běžné služby a smlouvy** – například telefon, elektřinu, plyn, internet, předplatné časopisů apod.
- **Informovat důležité instituce** – zdravotní pojišťovnu, lékaře, sociální správu, případně zaměstnavatele.
- **Postarat se o domácí mazlíčky**, pokud se zemřelým nějací žili.
- **Uchovat osobní doklady a cenné věci** – občanský průkaz, kartičku pojištěnce, klíče, bankovní karty, léky.

Nemusíte vše zvládnout najednou. Pokud můžete, požádejte o pomoc někoho blízkého – v těžkých chvílích je podpora druhých velmi důležitá.

8.4 Podpora a péče o sebe

Smrt blízkého člověka je silně emočně náročná. Každý truchlí jinak a není žádná „správná“ nebo „rychlá“ cesta, jak se se ztrátou vyrovnat. Nebojte se mluvit o svých pocitech, obrátit se na psychologa, krizovou linku nebo duchovního, pokud to cítíte jako potřebné. Existují také skupiny pro pozůstalé, které nabízejí bezpečný prostor pro sdílení a podporu.

9. Adresář kontaktů

Úřad práce Hradec Králové

Adresa: Wonkova 1142, 500 02 Hradec Králové 2

Telefon: 950 116 111

Úřad práce Jaroměř

Adresa: Náměstí Československé armády 3, 551 01 Jaroměř

Telefon: 950 138 680

Úřad práce Dvůr Králové nad Labem

Adresa: 17. listopadu 2657, 544 01 Dvůr Králové nad Labem

Telefon: 950 168 220

Úřad práce Smiřice

Adresa: Palackého 106, 503 03 Smiřice

Telefon: 950 116 579

Okresní Správa Sociálního Zabezpečení – OSSZ, Hradec Králové

Adresa: Slezská 839/16, 502 00 Hradec Králové 3

Telefon: 950 188 555

Magistrát města Hradec Králové – Odbor správní, Oddělení matrik

Adresa: Československé armády 408, 502 00 Hradec Králové

Telefon: 495 707 500

Městský úřad Jaroměř – Odbor organizační a vnitřcích věcí

Adresa: nám. Československé armády 16, 551 01 Jaroměř

Telefon: 491 847 242, 491 847 241

Městský úřad Dvůr Králové nad Labem – Odbor všeobecné vnitřní správy

Adresa: nám. T. G. Masaryka 38, 544 17 Dvůr Králové nad Labem

Telefon: 499 318 248, 499 318 213

Městský úřad Smiřice – Správní odbor a matrika

Adresa: Palackého 106, 503 03 Smiřice

Telefon: 495 809 023

Odbor sociálních věcí a zdravotnictví

Adresa: Magistrát města Hradec Králové, Československé armády 408,
502 00 Hradec Králové

Vedoucí odboru: PhDr, Marek Šimůnek, MBA

Kontakt: 495 707 320, 731 131 185, simunek@mmhk.cz

Asistentka: Bc. Dana Lukešová

Kontakt: 495 707 321, lukesova@mmhk.cz

Odbor sociálních věcí a zdravotnictví, Jaroměř

Adresa: Městský úřad Jaroměř, nám. Československé armády 16, 551 01 Jaroměř

Vedoucí odboru: Mgr. Petra Šilhánová Hajpišlová

- Telefon: 491 847 260
- Mobil: 737 204 617
- E-mail: hajpislova@jaromer-josefov.cz

Zástupce vedoucího: Mgr. Jiří Pilný

- Telefon: 491 847 274
- E-mail: pilny@jaromer-josefov.cz

Odbor školství, kultury a sociálních věcí Dvůr Králové nad Labem

Adresa: Městský úřad Dvůr Králové nad Labem, nám. T. G. Masaryka 38,
544 17 Dvůr Králové nad Labem

Vedoucí sociálního oddělení, zástupkyně vedoucí odboru: Mgr. Dagmar Motalová

Telefon: 499 318 238

Mobil: 603 325 068

MAS Hradecký venkov

Sociální pracovnice

Ing. Eva Vašáková

Telefon: 775 783 231

Bc. Ladislava Tichá

Telefon: 604 915 503