NABÍDKA

poskytovaných úkonů



odlehčovací služba

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

Bc. Jana Kielarová 599 442 644
sociální pracovnice 724 067 385
jana.kielarova@moap.ostrava.cz

Ing. Milena Partyková 599 442 642
referent sociálních služeb 724 368 225
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

Příjem nových klientů

Pondělí – neděle **10:00 – 16:00**

Sazebník úhrad za úkony odlehčovací služby

platný od 1. 4. 2026
(vydaný usnesením RMOb č. 3477/RMOb2226/72/26 ze dne 2. 3. 2026)

Úkon	Výše úhrady
☐ pomoc a podpora při podávání jídla a pití	165 Kč/hod.
☐ pomoc při oblékání a svlékání včetně speciálních pomůcek	165 Kč/hod.
☐ pomoc při prostorové orientaci, samostatném pohybu ve vnitřním prostoru	165 Kč/hod.
☐ pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík	165 Kč/hod.
☐ pomoc při úkonech osobní hygieny	165 Kč/hod.
☐ pomoc při základní péči o vlasy a nehty	165 Kč/hod.
☐ pomoc při použití WC	165 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)	290 Kč/den
☐ pomoc při přípravě stravy přiměřené době poskytování služby	165 Kč/hod.
☐ ubytování vč. provozních nákladů souvisejících s poskytnutím ubytování a vč. úklidu, praní a drobných oprav ložního a osobních prádla a ošacení, žehlení	335 Kč/den
☐ doprovázení k lékaři, na zájmové a volnočasové aktivity, na orgány veřejné moci a instituce poskytující veřejné služby a doprovázení zpět	165 Kč/hod.
☐ pomoc při obnovení nebo upevnění kontaktu s rodinou a pomoc a podpora při dalších aktivitách podporujících sociální začleňování osob	165 Kč/hod.
☐ socioterapeutické činnosti, jejichž poskytování vede k rozvoji nebo udržení osobních a sociálních schopností a dovedností podporujících sociální začleňování osob	165 Kč/hod.
☐ pomoc při komunikaci vedoucí k uplatňování práv a oprávněných zájmů	165 Kč/hod.
☐ pomoc při vyřizování běžných záležitostí	165 Kč/hod.
☐ nácvik a upevňování motorických, psychických a sociálních schopností a dovedností	165 Kč/hod.
☐ pomoc při zajištění bezpečí a možnosti setrvání v přirozeném prostředí: dohled, aby osoba závislá na pomoci nezpůsobila ohrožení sobě ani svému okolí	165 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. 2807/RMOb2226/58/25 ze dne 30. 6. 2025.

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

Zajistěte si převoz na odlehčovací službu (sanitky pro samoplátce str. 18).

Při nástupu odevzdat:

☐ **běžný harmonogram dne**

☐ **obálku,** str. 8

☐ **řádně podepsané osobní věci,** orientační seznam str. 9

☐ **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

Zdravotní péče je zajišťována na základě indikace ošetřujícího lékaře jednotlivých klientů prostřednictvím registrovaného poskytovatele zdravotních služeb „Sestřička.cz“.

Využívám jinou odlehčovací službu:

☐ ano ☐ ne

poskytovatel 1 _____

poskytovatel 2 _____

Prohlašuji, že jsem byl informován o možnosti snížené platby v souladu s vyhláškou č. 195/2024 Sb., kterou se mění vyhl. č. 505/2006 Sb. v případě, že součet hodin skutečně poskytované péče přesáhne 80 hodin v daném měsíci, a to ve snížené sazbě 145 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**

☐ 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		
Dostupnost úkonu		
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		
Dostupnost úkonu		
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	
Dostupnost úkonu	
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		
Dostupnost úkonu		
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		
Dostupnost úkonu		
pondělí - neděle	1x denně	do 30 minut

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

▪ výměna inkontinenčních pomůcek

Pomoc při úkonech osobní hygieny		
Dostupnost úkonu		
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			
Dostupnost úkonu			
Péče o vlasy - **stříhání**	Pracovní dny	1x měsíčně	do 45 minut
Péče o vlasy - **mytí a česání**	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		
Dostupnost úkonu		
pondělí - neděle	3x denně	do 20 minut

▪ pomoc při použití WC

Pomoc při použití WC		
Dostupnost úkonu		
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		
dostupnost úkonu		
pondělí - neděle	5x denně	do 15 minut

▪ pomoc při použití klozetového křesla

Pomoc při použití WC		
Dostupnost úkonu		
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		
Dostupnost úkonu		
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		
Dostupnost úkonu		
Pracovní dny	1x týdně	do1 hod.
Pracovní dny	1x za 3 měsíce	do 3hod.

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

▪ krátké procházky s oporou, stavy ztráty orientace

Pomoc při prostorové orientaci, samostatném pohybu ve vnitřním prostoru		
Dostupnost úkonu		
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		
Dostupnost úkonu		
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		
Dostupnost úkonu		
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	do1 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.

▪ Pomoc při zajištění bezpečí a možnosti setrvání v přirozeném prostředí: dohled, aby osoba závislá na pomoci nezpůsobila ohrožení sobě ani svému okolí

Dostupnost úkonu	
Pracovní dny	1x denně do 60 minut

▪ 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, **599 442 643, 599 442 644**

- Realizuje sociální pracovnice, poradenství je zaměřeno na hledání řešení nepříznivé sociální situace klienta
- Zprostředkování poradenství pečujícím osobám při zvládání péče o osobu závislou na jejich pomoci formou video hovorů nebo formou osobního setkání s praktickými ukázkami, jak pečovat o nemocného v domácím prostředí.

Jednolůžkové pokoje:









Dvoulůžkový pokoj:



Bezbariérový pokoj č. 7





Bezbariérový pokoj č. 5





Spoločenská místnost:



Relaxační zóna na terase



Přeprava sanitkou samoplátcem:

Sanitky Petra, Špálova 30, Ostrava
596 136 772, 606 710 117

Nemocnice Agel Ostrava-Vítkovice
595 633 153, 724 649 927

Sanitky Petrsan, Hlavní 14, Kozmice
595 032 111, 773 133 603

DOSSAN, Msgr. Šrámka 10, Nový Jičín
556 704 801, 603 232 842

Sanitka.ORG, 8. pěšího pluku 85, Frýdek-Místek
585 228 811

V Ostravě: 11. 3. 2026
Účinnost: 1. 4. 2026, Senior express!!! účinnost od 1. 1. 2026
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?

VYŘIĎTE 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 8.00 - 16.00 hodin, telefonicky **773 239 200** 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.