

CENTRUM SAMOSTATNÉHO ŽIVOTA  
ORGANIZÁCIA MUSKULÁRNYCH DYSTROFIKOV V SR

Agentúra osobnej asistencie

# OSOBNÁ ASISTENCIA



Vydala:  
Organizácia muskulárnych dystrofikov v SR  
Baňšelova 4  
821 04 Bratislava 2

Prvé vydanie

Bratislava, 2000

**CENTRUM SAMOSTATNÉHO ŽIVOTA  
ORGANIZÁCIA MUSKULÁRNYCH DYSTROFIKOV V SR**

**Agentúra osobnej asistencie**

# **OSOBNÁ ASISTENCIA**



**Bratislava, 2000**

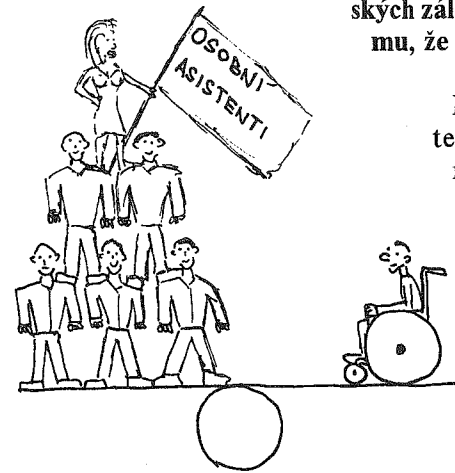
## ÚVOD

V dnešnej dobe počúvame častokrát používané slovné spojenie, ktoré vyjadruje názor, že napriek existencii postihnutia by mal mať človek nárok na rovnaké životné podmienky, ako ostatní ľudia. Samozrejme s pomocou rôznych podporných inštitútov (prístupná preprava, dostupné kompenzačné pomôcky, prístupnosť životného prostredia). Jedným z nich je aj osobná asistenciacia.

Osobná asistenciacia je v našich podmienkach nová, nie však celkom neznáma forma pomoci ľuďom s postihnutím, ktorí nemôžu vykonávať niektoré úkony tak, ako ostatní ľudia. Mnohí z našich priateľov alebo známych z radov postihnutých už pred mnohými rokmi dostávali útržkovité a strohé informácie o tom, ako to funguje „niekde na západe“. V duchu závideli svojim zahraničným kolegom, že majú väčšie možnosti v živote.

Teraz ich máme aj my! Zákon o sociálnej pomoci zakotvil do svojich ustanovení aj tie, ktoré sa venujú osobnej asistenciacii. Žiadosťou podanou na okresnom úrade – odbore sociálnych vecí je možné požiadať o priznanie príspevku na osobnú asistenciaciu.

**Osobná asistenciacia je nástrojom na uplatnenie sa v spoločnosti, osobnom živote, zamestnaní, znamená možnosť študovať, založiť si rodinu, angažovať sa v spoločenských záležitostiach... a to všetko napriek tomu, že ste postihnutí.**



Prihovárame sa vám, ktorí sa chcete dozvedieť o osobnej asistenciacii niečo viac, či už chcete byť užívateľom alebo osobným asistentom, alebo sa o ňu zaujímate iba zo zvedavosti. Nech už váš záujem podnietili akékoľvek pohnutky, začítajte sa, táto príručka je tu pre vás.

Spracovali: Ludmila Gričová, Mgr. Andrea Adamovičová  
Ilustrácie: Jozef Blažek a archív OMD  
Sadzba : Ivo Šmidt- SET  
Tlač - Polygraf. služby  
Text neprešiel jazykovou úpravou.  
© 2000

Príručka bola vydaná vďaka podpore Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR v rámci pilotného projektu Agentúra osobnej asistencie

## PRINCÍPY OSOBNÉJ ASISTENCIE

Najdôležitejšími princípmi sú nezávislosť a samostatnosť človeka s postihnutím. To neznamená, že by mohol žiť sám, ale má možnosť rozhodovať sa o svojom živote, prevziať zaň zodpovednosť.

### Kto môže byť užívateľom osobnej asistencie?

- človek s postihnutím, ktoré mu bráni vykonávať niektoré životné funkcie a potrebuje pri nich pomoc inej osoby
- ten, komu bola táto forma pomoci odporúčaná v posudku vydanom príslušným okresným úradom - odborom sociálnych vecí



### PRE KOHO JE OSOBNÁ ASISTENCIA NAJVHODNEJŠIA FORMA POMOCI?

Ľudia s postihnutím sú odkázaní na pomoc iných ľudí vo viacerých oblastiach. Niektorí menej, iní viac, každý z nich je individuálnou osobnosťou a mali by sa tak brať aj jeho potreby.

Dôležité je uvedomiť si, či by užívateľ osobnej asistencie bez pomoci prežil alebo nie. Čo by sa stalo, keby mu pomoc neposkytli osobní asistenti alebo niekto iný? Dokázal by si zabezpečiť nevyhnutné životné podmienky alebo nie?

Medzi nevyhnutné životné podmienky sa radia úkony súvisiace so za-

bezpečením biologických a základných fyziologických potrieb: obliekanie, hygiena, príprava jedla, jedenie, pitie, pohyb, polohovanie.

Potreby ľudí s postihnutím však nie sú obmedzené iba na tieto základné úkony súvisiace s prežitím. Tak, ako aj ostatní ľudia, aj oni majú aj iné potreby, túžbu stretávať sa s priateľmi, pracovať, študovať, pestovať záujmy, venovať sa kultúrnej či náboženskej činnosti. Aj tieto potreby sú dôležité a osobná asistencia by mala byť tým ohnivkom, ktorý spojí základné aj spoločenské potreby do jednej reťazky vytvárajúcej rovnocenný život.

Osobná asistencia je ideálny spôsob kompenzácie postihnutia, ktorý umožňuje aj človeku s veľmi ťažkým postihnutím žiť vo vlastnej domácnosti životom, ktorý sa čo najviac približuje štandardu. Je to cesta k dôstojnej existencii, keď môže aj občan s postihnutím uplatniť všetky svoje schopnosti na prospech spoločnosti ale aj ostatným, priateľom, známym alebo rodine.

Podľa skúseností samotných užívateľov osobnej asistencie, neexistuje úkon, ktorý nie je možné vykonať s pomocou osobnej asistencie. Obmedzenia môžu existovať len v rámci zákona, morálky a bezpečnosti práce.

## SCHOPNOSŤ BYŤ SAMOSTATNÝ

### Čo znamená samostatnosť v súvislosti s osobnou asistenciou?

Užívateľ musí byť schopný organizovať služby svojich asistentov a riadiť ich prácu. Musí byť schopný hľadať si asistentov, rozhodovať sa a nie- sť zodpovednosť za ich výber. Je to obrovská zodpovednosť, ale je to pozitívne. Keď niečo nefunguje je to aj vaša chyba. Mali by ste sa pokúsiť vyriešiť problém sami. Ide o to, aby ste našli v sebe zrelosť.

## VZŤAH OSOBNÝCH ASISTENTOV A UŽÍVATEĽA

### Vzťah medzi osobným asistentom a užívateľom?

Musí byť rovnoprávny a rovnocenný. Žiaden z nich by sa nemal vyvyšovať nad druhého z akéhokoľvek dôvodu. Ak sa niečo také začne vo vzťahu diať, je treba ihneď konať a problém vyriešiť.

Mal by byť založený na vzájomnom záujme a empatii,

- slušnosti
- vládnosti

- tolerancii
- humore
- zodpovednosti

Užívateľia by mali vedieť ČO chcú a AKO to chcú. Je nezodpovedné ak užívateľ nevie čo by mal asistent robiť, nevie mu vysvetliť čo potrebuje. Zostavte si vlastný zoznam otázok, vychádzajúc z toho, čo je pre vás dôležité dozvedieť sa o osobných asistentoch.

Každý asistent má iné špecifické schopnosti a je najlepšie, ak užívateľ spozná na svojich asistentoch čo robíť vedia a čo robia radi. Ak to dokáže, je to jeden z predpokladov úspešného fungovania osobnej asistencie. Ak asistent nedokáže variť, nie je dobré proti jeho vôli a proti jeho daniam trvať na tom, aby práve on varil.

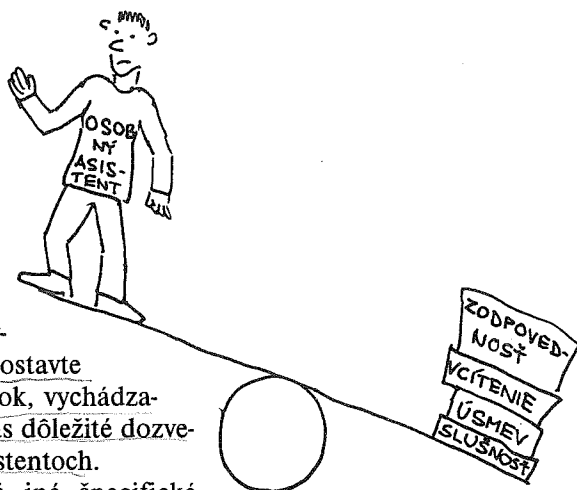
## PRACOVNO-PRÁVNÝ VZŤAH?

Nie, osobná asistencia nie je pracovným pomerom v našich podmienkach.

Podľa doterajších právnych predpisov na Slovensku existuje medzi užívateľom a osobným asistentom vzťah založený na základe Občianskeho zákonníka, ktorý potvrdia podpísaním Zmluvy o výkone osobnej asistencie.

Zmluva musí obsahovať najmä:

- a) mená a priezviská zmluvných strán, rodné číslo, bydlisko,
- b) aké úkony budú asistenciou vykonávané,
- c) miesto vykonávania osobnej asistencie,
- d) obdobie vykonávania osobnej asistencie,
- e) práva a povinnosti osobného asistenta,
- f) výšku odmeny a spôsob jej vyplácania (osobne, na účet),
- g) dôvody odstúpenia od zmluvy.



Zmluva sa vyhotoví trikrát, jedna sa predloží na okresný úrad, odbor sociálnych vecí, druhá je pre osobného asistenta, tretia zostáva užívateľovi.

V zmluve sa osobný asistent zaviazá vykonávať určité úkony v prospech užívateľa a plniť jeho pokyny. Užívateľ sa zaviazá osobného asistenta riadne poučiť o spôsobe asistencie a vyplatiť ho za odpracované asistenčné hodiny.

Každý mesiac je užívateľ povinný odovzdať „Výkaz odpracovaných hodín“ každého osobného asistenta s jeho podpisom na Okresný úrad, aby mohol pracovník sociálneho odboru vypočítať výšku príspevku na osobnú asistenciu. V týchto výkazoch je povinný uviesť všetky úkony svojich osobných asistentov s uvedením dátumu výkonu.

Užívateľ je povinný hneď po obdržaní príspevku vyplatiť svojim osobným asistentom všetky odpracované hodiny podľa vyplnených dotazníkov. Je len prínosom, ak si o tomto vedie podrobné zápisy a odmenu asistentom vypláca „proti podpisu“. Služi to k dobrým vzťahom a predchádza prípadným konfliktom pri rôznych nejasnostiach.

Výška odmeny za odpracovanú hodinu osobnej asistencie je určená zákonom (zákon o sociálnej pomoci §58) a odvíja sa od výšky životného minima. Ak príjem užívateľa nepresahuje 3-násobok životného minima má nárok na peňažný príspevok v plnej výške.



V zmluve o výkone osobnej asistencie si môžu užívateľ a asistent dohodnúť rôzne podmienky ukončenia zmluvy alebo iné náležitosti. Ak je zo začiatku jasné, že osobný asistent bude môcť asistovať len vymedzenú dobu (napr. počas prázdnin), zmluva sa uzatvorí na dobu určitú.

Ak takéto obmedzenie vopred neexistuje, zmluva sa uzatvára na dobu neurčitú s možnosťou výpovede každej zo zmluvných strán. Je potrebné do zmluvy zakotviť aj možnosť okamžitého zrušenie zmluvy v prípade napr. ohrozenia života, neetického správania sa, porušenia mlčanlivosti o veciach súvisiacich s užívateľom, jeho rodinou, domácnosťou a pod.

### Ideálny osobný asistent?

Neexistuje. Tak, ako žiadny z nás nevie všetko, nie je šikovný na všetky činnosti, tak ani osobní asistenti nie sú „vševedovia“. Najlepšie je preto, zostaviť si „team“ osobných asistentov, ktorí dokážu, každý čiastočne, splniť všetky požiadavky užívateľa.

## OSOBNÍ ASISTENTI

### Kto je to osobný asistent alebo asistentka?

To sú naše nevládne ruky a nohy! To sú ľudia, ktorých si vy vyberiete, aby vám pomáhali.

Aby boli splnené zásady samostatného života, je nutné, aby ste všetko, čo je možné, zariaďovali a vybavovali vy, užívateľia! Najdôležitejšie je to, aby ste sa sami rozhodovali o tom:

- ako bývate
- kto vám vykonáva osobnú asistenciu
- akým spôsobom života žijete
- ako narábate so svojimi peniazmi
- ako sa stravujete
- ako sa vzdelávate
- ako sa zamestnáte
- ako trávite voľný čas
- ako riešite svoje vlastné problémy (napr. rodinné, partnerské)

Aj na základe skúseností so zahraničiami sa zdôrazňuje fakt, aby si užívateľ hľadal svojich asistentov sám. V prípade ťažkostí a problémov je možné použiť pomoc agentúry osobnej asistencie, ako podpornej inštitúcie, prípadne organizácie, ktorá sa takouto činnosťou zaoberá.

### Ako hľadať osobných asistentov?

Najspoľahlivejší spôsob hľadania asistentov je: rozhodnúť „siete“ medzi známymi. Tí sa pýtajú svojich známych, tí zase svojich ..... Kladom takéhoto hľadania asistentov je to, že dotyčný je vždy od niekoho odporúčajú, niekto ho pozná, je možnosť získať o ňom dopredu nejaké informácie.

Obyčajne však, po určitom čase tento spôsob hľadania už nepostačuje, preto je treba vyskúšať aj iné spôsoby a možnosti.

**OZNAMY** - stručne a jednoducho zoštylizujeme text, ktorý vyjadri, že hľadáme osobných asistentov a vyvesíme tieto lístky na také miesta, kde je nádej, že si ich niekto všimne (napr. na nástenky vysokoškolských internátov, pri potravinách, na zástavkách MHD, pri kostoloch, do knižnice a pod.)

### VZOR:

**MLADÁ ŽENA ODKÁZANÁ NA VOZÍK, HĽADÁ OSOBNÝCH ASISTENTOV/KY**

**Potrebujem pomoc v domácnosti, pri nákupoch, preprave.**

**Odmena: 52,35 Sk/hod.**

**Tel.: .....**

**INZERÁTY V TLAČI** - vyššie uvedený text môžete uverejniť aj v novinách. Je však lepšie, ak si na tento účel vyberiete noviny, ktoré vychádzajú v určitej lokalite alebo oslovia špeciálny okruh čitateľov. Ak bývate v meste, uverejnite inzerát v mestských novinách, alebo v novinách miestnej časti. Chcete totiž osloviť ľudí, ktorí bývajú v rovnakej lokalite, prípadne čo najbližšie k vám. Pridlhé každodenné cestovanie by ich mohlo oprávnené odradiť od úsilia pomáhať vám.

**VÝZVA V ROZHĽASE V BURZE ZAMESTNANIA** - skoro v každom regióne existuje relácia, ktorá pomáha sprostredkovať zamestnanie osobám, ktoré ho hľadajú. Skúste to aj takouto formou.

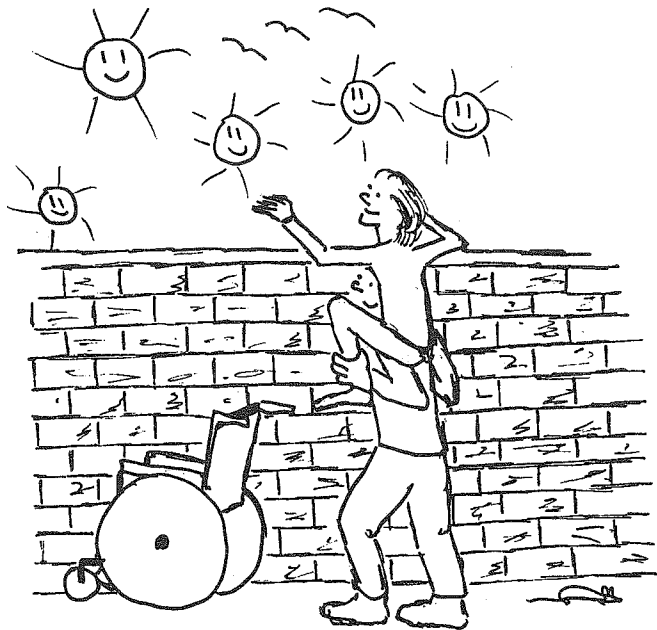
**TELETEXT** - aj takto je možné inzerovať, podobne ako v novinách.

## OHLASY

Určite sa vám ozvú záujemcovia. Budú sa informovať o akú prácu ide a je možné, že o osobnej asistencii ešte nikdy nepočuli. Porozmýšľajte a pripravte sa na to, ako budete odpovedať na otázky ohľadne vášho postihnutia a vašich potrieb.

Buďte trpezliví. Musíte si nájsť čas na podrobnejšie vysvetlenie vašich potrieb a postihnutia, aby mali prípadní asistenti správne a kvalitné informácie a mohli sa rozhodnúť, či budú pre vás pracovať alebo nie. Ak by ste svoje problémy zľahčovali, vystavili by ste sa riziku, že si to neskôr rozmyslia, pretože boli uvedení do omylu.

Pri prvej konverzácii so záujemcami sa snažte vystupovať ako človek, ktorý sice má určité problémy, ale nie je nimi zaujatý natoľko aby stratil zmysel pre humor alebo chuť žiť. Prípadné depresie si nechajte na neskôr, keď budete sami, asistentov by vyľakali.



## ČO JE POVINNOSŤOU UŽÍVATEĽA VO VZŤAHU K OSOBNÝM ASISTENTOM?

### Poskytnúť informácie!

Ak chcete získať spoľahlivých a korektných asistentov, musíte sa od samého začiatku správať tak, ako by ste to očakávali od nich. Vyjdite s pravdou von, hneď. Ak vyžadujete veľa asistencie, neutajujte to a nezmeňujte prácu okolo vás. Ak sa asistent zľakne, má možnosť odísť hneď na začiatku, odišiel by aj tak.

Uvedomte si, že asistenti sa musia slobodne rozhodnúť pre prácu u vás, nemôžu byť do nej tlačení ani nijako nútení.

Vysvetlite asistentom, že vo vašom živote sa vyskytujú záležitosti, ktoré nevládnete a potrebujete pri nich pomoc - asistenciu - niekoho iného. Oboznámte asistentov o spôsoboch pomoci, ktoré už máte osvedčené (napr. pri presune z lôžka na vozík, pri presadaní na WC, pri nastupovaní do auta a pod.). Platí zásada: len sám postihnutý človek najlepšie vie, ako sa tieto činnosti vykonávajú najjednoduchšie a najprijateľnejšie.

### Ukážte asistentom „AKO NA TO“!

Najlepšie je, ak niekto z „osvedčených“ asistentov názorne ukáže spôsoby pomoci a záujemca o osobnú asistenciu si to vyskúša a zväží, či je schopný toto zvládnuť.

Poskytnite dostatočný priestor svojim asistentom na rozhodovanie, dajte im čo najviac informácií o vašom spôsobe života, o chode domácnosti, o všetkých požiadavkách, ktoré budú na nich kladené. Ak sa aj potom rozhodnú pre vás, už tak ľahko neodídu.

Nezabudnite, že asistenti sú povinní rešpektovať vaše súkromie a súkromie vašej rodiny. Poučte ich, že všetky záležitosti súvisiace s vami, s vašou rodinou, domácnosťou sú predmetom mlčanlivosti a nemali by ich zverejňovať. Už od začiatku si preto všimajte správanie asistentov v domácnosti a buďte obozretní.

### Kvalifikácia asistentov

Na to, aby niekto vykonával osobnú asistenciu nie je potrebná žiadna špeciálna kvalifikácia alebo vzdelanie. Jedinou podmienkou plynúcou zo

zákona je vek 18 rokov a spôsobilosť na právne úkony, aby mohol uzavrieť Zmluvu o vykonávaní osobnej asistencie.

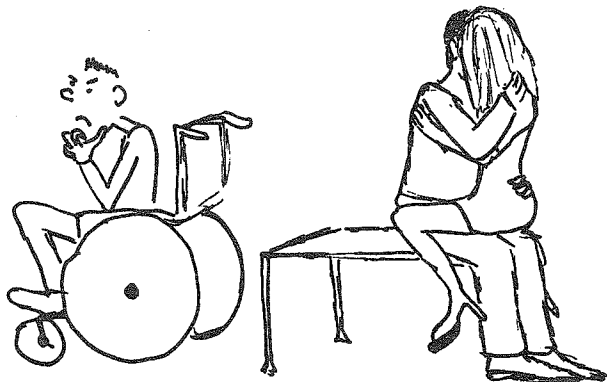
Je však jasné, že asistenta nebude robiť niekto, kto nemá vzťah k tejto práci. Ani odmena nie je taká vysoká, aby prilákala húfy záujemcov. Asistentov robia väčšinou ľudia so silným sociálnym cítením a ochotou pomáhať.

Narábať s vozíkom, so zdvíhačom alebo inými pomôckami sa dá naučiť. Majte na pamäti, že ak sa dá práca okolo vás uľahčiť pomocou kompenzačnej pomôcky, zabezpečte si ju!

Pomôžete tak svojím asistentom a ušetríte im fyzické sily a prihliadnete aj na bezpečnosť.

### POZOR!

Osobná asistencia má výrazne skvalitniť život vám, osobe s postihnutím. Jej úlohou je, aby ste získali samostatnosť a nezávislosť v rozhodovaní o sebe, o svojich potrebách, o tom, kto vám ich pomôže vykonávať. Osobná asistencia je nástrojom na **SEBAURČENIE** človeka s postihnutím.



Vyžaduje od neho:

- veľkú vôľu a nasadenie
- umenie organizovať prácu asistentov
- umenie komunikácie s asistentmi
- odvahu riešiť konfliktné situácie
- poctivo pristupovať k administratíve spojenej s asistenciou (uzatváranie zmlúv, vyplňanie výkazov odpracovaných hodín, vyplácanie odmien...)

## ORGANIZÁCIA PRÁCE OSOBNÝCH ASISTENTOV

Počet asistentov

Je lepšie mať jedného asistenta alebo viacerých?

V niektorých prípadoch je odpoveď na túto otázku jednoduchá, pretože užívateľ potrebuje toľko pomoci, že by to jeden asistent nezvládol. Ale aj vtedy, keď užívateľ nepotrebuje veľa pomoci, odporúčame: nájdite si viacerých asistentov. Prácu im usporiadajte tak, aby sa okolo vás striedali. Vedú nás k tomu skúsenosti tých, ktorí už osobnú asistenciu praktizujú. Dôvody sú jednoduché:

- aj osobný asistent občas ochorie
- aj osobný asistent má niekedy nepredvídateľné a neodkladné povinnosti
- zabránite „ponorkovej“ chorobe
- zabránite preťažovaniu asistentov

Rozdelenie práce

Ak sa u vás asistenti pravidelne striedajú, pretože potrebujete neustálu asistenciu, dobre porozmýšľajte nad tým, ako skombinovať jednotlivé služby. Pokiaľ to je možné, rozdeľte ich tak, aby boli čo najpravidelnejšie. Lepšie si ich zapamätáte vy, aj vaši osobní asistenti. Ak sa vám podarí asistenciu zorganizovať takto, vyveste si v domácnosti rozpis služieb, aby bolo kedykoľvek možné do neho nahliadnuť.

Ak sú niektoré služby len nepravidelné a asistenti prichádzajú menej často, vždy si telefonicky overte či môžu prísť a či náhodou nezabudli.

Asistent si musí uvedomiť, že to, ako bude dodržiavať príchody k vám má vplyv na vaše „bytie a nebytie“ a v mnohých prípadoch aj prežitie.

Napr. ak nemôžete sami vstať z postele a presunúť sa na vozík ste úplne bezmocní pri meškani asistenta. Poučte svojich asistentov, že ak nebudú môcť prísť, musia vám to oznámiť včas, aby ste si mohli zabezpečiť náhradnú pomoc.

Plán práce

Niektoré činnosti sa opakujú v určitých pravidelných intervaloch. Mali by ste vedieť, čo sa bude robiť nabudúce a oboznámiť asistentov s plánom práce. Ak budete robiť veľké upratovanie, môžu si vziať potrebný odev. Ak pôjdete do divadla, zariadia sa podľa toho.



## ASISTENTI A RODINA

Aj pre rodinných príslušníkov, ktorí doteraz poskytovali pomoc postihnutému členovi je existencia osobnej asistencie zmenou, ktorú môžu ale i nemusia akceptovať.

Na tom, ako dokáže rodina prijať vašich asistentov a správať sa k nim, veľakrát záleží to, či bude asistencia fungovať alebo nie. Preto si dajte záležať na tom, aby vaši rodinní príslušníci vedeli, prečo chcete zmeniť spôsob pomoci pre vás, aby si nevytvárali nesprávne názory.

Ak sa doteraz o vás starali, môžu fakt, že si hľadáte osobných asistentov považovať za prejav nespokojnosti s ich pomocou. Je dôležité, aby pochopili prečo je pre vás také dôležité samostatne sa rozhodovať o svojich potrebách.

Argumentujte nielen svojimi potrebami, ale aj tým, že chcete dosiahnuť to, aby aj oni mali priestor sami na seba, na oddych, prácu, koničky. Rodina nie je povinná obetovať sa a všetko prispôbovať vám, aj keď to mnohokrát nejde inak. Ak by však mohla osobná asistencia zmeniť tento stav, urobte to a rozhodnite sa!

Uvedomte si však, že prijatie osobných asistentov do domácnosti nie je jednoduché ani pre vás, ani pre rodinu. V každom prípade sa po byte pohybuje cudzí človek z ktorého môže mať rôzne pocity.

Najideálnejšia situácia nastane, ak rodinní príslušníci privítajú asistentov s pocitom, že sú rukami, ktoré chýbali, keď ste potrebovali pomoc a oni práve nemali čas. Uveďte svojich asistentov do rodiny dôstojne, aby sa necítili ako „sluhovia“.

Rodinní príslušníci by sa mali pravdivo vysloviť, čo pociťujú už ako rušenie svojho súkromia, aby ste vedeli svojich asistentov poučiť a vystríhať ich pred situáciami vedúcimi ku konfliktom.

Z doterajších skúseností môžeme rozčleniť názory rodiny na osobnú asistenciu do troch prúdov:

1. niekto pokladá osobného asistenta za niekoho, kto je v byte cudzi, zavádzia a ruší intimitu rodinného spolunažívania.
2. mnohí sa krivo pozerajú na svojho člena rodiny, ktorý prijal osobnú asistenciu, a pociťujú to ako niečo, čo si po toľkých rokoch starostlivosti a odriekania, jednoducho nezaslúžili a berú to ako prejavenie nevďaku.
3. iní sa tomu, že ich postihnutý člen rodiny má osobných asistentov úprimne a zo srdca tešia, pretože opäť si našli čas na „seba“, svoje záľuby, prácu, priestor na realizovanie svojich potrieb bez toho, aby mali

výčitky svedomia, že ho zanedbávajú. Títo ľudia si dokážu sebakriticky priznať, že tu nebudú naveky a že je dobré a správne, aby mal každý svoj vlastný život, aj oni, aj ich postihnutý člen rodiny bez pocitov závislosti alebo obtiaže.

Nezanedbajte prípravu rodiny na osobnú asistenciu. Ak rodina očividne neakceptuje vašich asistentov a „zazerá“ na nich, asistenti sa veľmi zle cítia a majú tendenciu odísť.

## KTORÉ ČINNOSTI SA POVAŽUJÚ ZA OSOBNÚ ASITENCIU ?

(podľa Zákona o sociálnej pomoci č. 195/1998 Zb. v znení neskorších predpisov, príloha č.4)

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| a) vstávanie                      | 3. telefonovanie  |
| b) líhanie                        | 4. tlmočenie v posunkovej reči pre nepočujúce osoby   |
| c) osobná hygiena                 | 5. predčítanie pre nevidiacich  |
| 1. umývanie                       | p) <u>preprava</u>  |
| 2. kúpanie                        | r) <u>premiestňovanie</u>   |
| 3. česanie                        | s) štúdium  |
| 4. holenie                        | t) <u>pracovná činnosť</u>  |
| 5. úprava nechťov                 | u) <u>športová činnosť</u>  |
| 6. mejkap                         | v) <u>spoločenská činnosť</u>   |
| d) vyprázdňovanie čriev a mechúra | w) <u>duchovná činnosť</u>  |
| e) obliekanie                     | z) <u>kultúrna činnosť</u>  |
| f) vyzliekanie                    | aa) <u>vybavovanie úradných záležitostí</u> + POLEHA ROOM   |
| g) príprava jedla                 | ab) <u>dohľad</u>   |
| h) podávanie jedla                | ac) pomoc pri akútnom ochorení  |
| i) <u>upratovanie</u>             | ad) pomoc počas dovolenky   |
| j) žehlenie                       | ae) sprievod dieťaťa do školy alebo zo školy alebo do predškolského zariadenia a z predškolského zariadenia, ak je rodič občanom s ťažkým zdravotným postihnutím. |
| k) pranie                         |   |
| l) <u>nakupovanie</u>             |   |
| m) kúrenie                        |   |
| n) podávanie liekov               |   |
| o) dorozumievanie                 |   |
| 1. písanie                        |   |
| 2. čítanie                        |   |

## AKO SI VYPOČÍTATE POTREBNÝ ROZSAH HODÍN OSOBNEJ ASISTENCIE?

Každý človek s postihnutím má svoje individuálne potreby a nenapodobiteľný spôsob života. Výpočet potrebného rozsahu hodín osobnej asistencie nie je jednoduchý a užívateľ k nemu dospeje až po viacerých výpočtoch.

Vyhradte si dostatok času a trpezlivosti na ohodnotenie svojich potrieb a ich premietnutie do „úkonov a hodín“. Ak ste doteraz ešte nepožiadali o priznanie peňažného príspevku na osobnú asistenciu zachovajte pravidlo:

Pred návštevou sociálneho pracovníka musíte mať jasnú predstavu a presne vypočítaný rozsah hodín osobnej asistencie. Najlepšie je, napísať si každú činnosť na papier a vyčíslieť:

- čas potrebný na jej vykonanie
- jej periodicitu - denne, týždenne, mesačne, ročne

Nezabudnite do rozsahu hodín započítať aj pomoc počas dovolenky a choroby, kedy je zvýšená potreba hodín asistencie.

Len vy sami najlepšie viete, aké úkony neviete urobiť, koľko času zaberie ich vykonanie a ako často je potrebné ich vykonávať.

Aj dvaja rovnako postihnutí ľudia môžu mať - a spravidla aj majú - rôzny rozsah hodín osobnej asistencie. Rozsah hodín je závislý od spôsobu života užívateľa, od prostredia v ktorom žije, od osobnostných predpokladov a ďalších iných skutočností.

Iný počet hodín bude mať užívateľ asistencie, ktorý žije na dedine v bariérovom prostredí, iný počet hodín bude mať ten, kto žije v meste v bezbariérovom byte s prístupnými službami (obchody, doprava, zdravotnícke zariadenie, kultúra...)

Počet hodín závisí aj od toho, akým spoločenským životom žijete, či máte záľuby a aké.

Nie je možné paušálne pridelovať rozsah hodín bez toho, aby sociálny pracovník nespolupracoval pri ich vypočítavaní.

## ČO BY STE MALI VEDIEŤ ALEBO NA ČO SA VÁS BUDÚ ASISTENTI PÝTAŤ?

### Spôsob priznania príjmu z osobnej asistencie

Príjem z osobnej asistencie sa považuje za príjem podľa § 7 ods. 2 písm. b), teda za príjmy, ktoré nie sú živnosťou ani podnikaním, podľa zá-

kona č. 286/1992 Zb. z. o dani z príjmov. Znamená to, že príjmy, ktoré takto osobný asistent dosahuje si bude priznávať k zdaneniu prostredníctvom daňového priznania.

Môže si k nim uplatniť aj výdavky vynaložené na dosiahnutie, zabezpečenie a udržanie príjmu percentom z príjmu, a to vo výške 25%. Znamená to, že zo sumy za vykonávanie osobnej asistencie počas zdaňovacieho obdobia si odpočíta 25%.

Sadzba dane:

- príjem do 90.000 Sk .....12%
- príjem nad 90.000 Sk do 150.000 Sk .....10.800 Sk + 20% zo základu presahujúceho 90.000 Sk

### Osobný asistent - študent

Študenti sú osobami, ktoré najčastejšie vykonávajú osobných asistentov. Pri ich prijímaní sa informujte, či si ich rodičia na nich uplatnili nárok na rodinné prídavky. (z.č. 193/1994 Zb. o rodinných prídavkoch, v znení neskorších predpisov)

Odmena za vykonávanie osobnej asistencie sa považuje za príjem na účely zisťovania príjmu spoločne posudzovaných osôb. Pre rodinu by to mohlo mať tieto dôsledky:

- z dôvodu príjmu dieťaťa nárok na rodinné prídavky nevznikne alebo sa zníži.

Ak by chcel takýto študent vykonávať asistenciu dlhodobo a veľa hodín, bude sa musieť dohodnúť s rodičmi, aby si na neho neuplatňovali nárok na rodinné prídavky. Príjem z osobnej asistencie by však vysoko prevyšoval výšku prídavkov na deti.

### Osobný asistent - zamestnaný

Osobný asistent zamestnaný v pracovnom pomere si príjem z osobnej asistencie pripočíta k príjmu zo zamestnania.

### Osobný asistent - starobný dôchodca

Poberateľ starobného dôchodku je povinný zdaníť si len príjem z osobnej asistencie, nakoľko starobný dôchodok nepodlieha zákonu o dani z príjmov.

### Osobný asistent - invalidný dôchodca

Poberateľ invalidného dôchodku môže vykonávať osobnú asistenciu. Prekážkou by bol jedine fakt, že by bol sám odkázaný na osobnú asisten-

ciu v tých úkonoch, na ktoré uzavrel zmluvu o vykonávaní osobnej asistencie.

(napríklad: občan s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorému bola priznaná osobná asistencia v úkonoch: pomoc pri obliekaní, vyzliekaní a hygiene, by uzavrel zmluvu o vykonávaní osobnej asistencie s iným občanom na tieto úkony, v ktorých je sám odkázaný na pomoc).

#### **Osobný asistent - nezamestnaný - poberateľ podpory v nezamestnanosti**

Poberateľ podpory nemôže mať pravidelný príjem. Vykonávanie osobnej asistencie sa považuje za pravidelný príjem, ak sa vykonáva viac ako jeden mesiac. Zmluvu s takýmto asistentom môžete teda uzavrieť iba na jeden kalendárny mesiac, inak by prišiel o podporu v nezamestnanosti.

### **ZMENY V OSOBNEJ ASISTENCII PRE NEZAMESTNANÝCH OBČANOV POBERAJÚCICH PODPORU V NEZAMESTNANOSTI**

#### **Odvod príspevku na poistenie v nezamestnanosti.**

##### **§67**

pojem: dobrovoľný platiteľ príspevku na poistenie v nezamestnanosti (aj osobný asistent, ktorý vykonáva osobnú asistenciu najmenej 90 hodín mesačne)

1. platiteľ sa prihlási písomne na predpísanom tlačíve ako odvádzateľ príspevku na príslušnom okresnom úrade práce, v ktorého územnom obvode má trvalé bydlisko
2. príspevok na poistenie v nezamestnanosti si odvádza mesačne, sám a to buď:
  - bezhotovostným prevodom na účet OÚP alebo
  - poštovou poukážkou na účet OÚP
3. výšku príspevku si dobrovoľný platiteľ vypočíta sám

#### **Výška príspevku na poistenie v nezamestnanosti**

##### **§58**

- určuje sa z vymeriavacieho základu, rozhodujúcim obdobím je predchádzajúci kalendárny mesiac
- výška príspevku na poistenie v nezamestnanosti pre dobrovoľného platiteľa je 3% z určeného vymeriavacieho základu
- vymeriavacím základom je suma určená dobrovoľným platiteľom, ktorá nesmie byť nižšia ako 3 000 Sk a vyššia ako 24 000 Sk

### **Splatnosť príspevku na poistenie v nezamestnanosti**

#### **§69**

Dobrovoľný platiteľ príspevku na poistenie v nezamestnanosti odvádza príspevok na poistenie v nezamestnanosti za kalendárny mesiac najneskôr do ôsmeho dňa nasledujúceho kalendárneho mesiaca.

Na základe žiadosti môže okresný úrad práce, ktorému sa príspevok odvádza dohodnúť aj osobitný režim odvádzania príspevku na poistenie v nezamestnanosti.

#### **pojmy:**

- **nezamestnaným občanom**, hľadajúcim zamestnanie je občan, ktorý síce vykonáva osobnú asistenciu, ale menej ako 90 hodín mesačne
- **evidovaný nezamestnaný** sa vyradí z evidencie nezamestnaných dňom začatia vykonávania osobnej asistencie v rozsahu najmenej 90 hodín mesačne.

V novele zákona o sociálnej pomoci sa zmenili aj niektoré podmienky pri vykonávaní osobnej asistencie:

- Osobnú asistenciu nemôžu vykonávať rodinní príslušníci, za ktorých sa považujú: manžel, deti, rodičia, starí rodičia, súrodenci a vnuci.
- Sadzba za hodinu osobnej asistencie sa znížila z 1,6% životného minima na 1,5%, t. j. 52,35 Sk/hod.
- Jeden osobný asistent môže pracovať maximálne 10 hod. denne, s výnimkou prípadov, keď je užívateľ mimo svojho miesta bydliska
- keď má užívateľ priznaných najmenej 14 hodín denne, z toho môžu vykonávať najviac Rodinní príslušníci môžu vykonávať osobnú asistenciu iba vo výnimočnom prípade, 3 hod. denne, ale len úkony súvisiace s hygienou:
  - obliekanie, vyzliekanie, vyprázdňovanie čriev a mechúra
  - osobná hygiena: umývanie, kúpanie, česanie, holenia, úprava nechtov, mejkap
  - podávanie liekov
  - premiestňovanie
  - pomoc počas akútneho ochorenia
- Novinkou je aj možnosť osobného asistenta, pokiaľ vykonáva iba osobnú asistenciu stať sa dobrovoľným pokračovateľom v účasti na dôchodkovom poistení (zákon č. 446/2000 Z. z. ktorým sa dopĺňa a mení zákon č.

100/1988 Zb. o sociálnom zabezpečení v znení neskorších predpisov)

- Podmienkou je aspoň rok účasti na dôchodkovom zabezpečení z predchádzajúceho obdobia
- Takto dobrovoľne si možno prispievať na dôchodkové poistenie maximálne počas 10 rokov

**Na záver:**

Kto mal v minulosti opatrovateľskú službu a teraz je užívateľom osobnej asistencie určite si všimol, že systém osobnej asistencie sa odlišuje od opatrovateľskej služby. Nie je to ťažšie či namáhavejšie, iba kladie iné požiadavky na vás ako užívateľa osobnej asistencie i asistenta.

Ako užívateľ máte väčšiu zodpovednosť, ale súčasne aj možnosť riadiť vlastný život a uskutočniť to, čo si želáte. Veľkým rozdielom je to, že sami rozhodujete o tom, čo chcete, aby asistent urobil. Predtým niekto iný riadil vašu činnosť a rozhodol o všetkom, čo má urobiť. Teraz si môžete sami vybrať - dnes chcem ísť do mesta, tak pôjdem. Teraz môžete žiť aktívnejšie - predtým to nebolo možné.

Ide aj o vašu zodpovednosť za to, ako sa na nás, ako na postihnutých pozerajú ostatní ľudia - a ako sa ich náhľad mení.

Je dôležité vedieť, že Centrum samostatného života nenahrádza Okresný úrad - odbor sociálnych vecí a neposkytuje príspevok na osobnú asistenciu. Centrum poskytne podporu a pomoc záujemcovi o osobnú asistenciu, ale hlavná zodpovednosť leží na vás ako na užívateľovi osobnej asistencie.

**Budúcnosť?**

Uznať osobnú asistenciu ako riadne zamestnanie!

V starostlivosti a pomoci poskytovanej spoločnosťou prebiehajú postupne zmeny - niečo čo ovplyvní budúcnosť mnohých z nás. Vzhľadom na to, že rastú želania nájsť nové lepšie riešenia, môžeme si byť istý, že formy opatery sa zmenia. V budúcnosti sa možno viac stretneme s agentúrami, družstevnými alternatívami, ktoré budú ponúkať služby osobných asistentov.

Keď rôzne alternatívy porovnáme, môžeme skúmať čie záujmy riadia činnosť - u súkromných dodávateľov, v družstve, obci.

Agentúra osobnej asistencie je tiež jednou z alternatív budúceho „asistentského“ trhu a unikátnym je to, že moc má užívateľ!