

Nejste na to sami. Díky osobní asistenci mohou lidé zůstat déle aktivní

15.6.2026 - | Krajský úřad Zlínského kraje

Pokud bojujete s chronickou nemocí nebo máte těžký zdravotní handicap, z běžných činností se naráz stanou jen těžko řešitelné problémy. Ne vždy a za každých okolností mohou vypomoci rodina a blízcí. Existuje však ještě další možnost, osobní asistence. Právě této sociální službě se věnujeme ve druhém díle seriálu Nejste na to sami, kde představujeme sociální služby ve Zlínském kraji.

Paní Vlasta bývala celý život aktivní. Pracovala na nádraží, ráda tvořila a ani dnes se nechce vzdát věcí, které jí přinášejí radost. Jenže nemoc jí postupně vzala část soběstačnosti. Potřebuje pomoc s oblékáním, hygienou, přesuny a někdy i při jídle.

A právě v takových situacích je tu osobní asistence – terénní sociální služba určená seniorům, lidem se zdravotním postižením nebo chronickým onemocněním. Asistenti docházejí přímo do domácností a pomáhají lidem zvládat každodenní život tak, aby mohli co nejdéle zůstat doma, ve známém prostředí.

Není to však jen o základní péči. „S děvčaty cvičím na rotopedu, chodíme po pokoji, jezdíme na procházky ven, když je hezky. Trénujeme paměť, čtení, psaní, vyrábíme herbář. Člověk si váží toho, že za ním někdo přijde a pomůže mu,“ říká paní Vlasta.

Každý člověk ale potřebuje něco jiného. Někdo pomoc každý den, jiný jen několikrát do měsíce. „Jsou klienti, kterým pravidelně pomáháme s hygienou nebo oblékáním. Ale máme i lidi, kteří jsou jinak poměrně samostatní, jen už si sami nezvládnou dojet na nákup nebo k lékaři. I v takových situacích jim dokážeme být oporou,“ vysvětluje vedoucí osobní asistenční služby z Charity Vsetín Jana Bartoňová.

Výhodou je pravidelnost i jistota

Služba funguje individuálně podle konkrétní situace člověka. Významnou roli přitom hraje i běžný lidský kontakt. „Někdy jsou lidé zpočátku ostýchaví, ale pak jsou rádi, že k nim docházíme. Často je pro ně důležité už jen to, že mají někoho, kdo jim naslouchá,“ popisuje Bartoňová.

Osobní asistence se snaží klienty podporovat v tom, co ještě zvládnou. Cílem není člověka „obsloužit“, ale pomoci mu zůstat co nejdéle aktivní a samostatný. Když potřebuje nakoupit, asistent za něj nákup nevyřídí sám, ale doprovodí ho do obchodu. Lidé tak zůstávají v kontaktu s okolím a mohou si sami rozhodovat o běžných věcech.

Výhodou osobní asistence je i pravidelnost a jistota. Pokud péči zajišťuje registrovaná sociální služba, klient ví, že se mu dostane pomoci i v případě výpadku konkrétního pracovníka.

Nejen praktická pomoc

Ve Vsetíně a okolí zajišťuje Charita Vsetín osobní asistenci přibližně pro dvě desítky klientů ročně. Zájem je ale vyšší než současné kapacity. „Populace stárne a lidí, kteří potřebují pomoc, bude přibývat. Většina z nich chce zůstat co nejdéle doma, kde se cítí bezpečně,“ podotýká Bartoňová.

Osobní asistence je placená služba. Klienti hradí skutečně spotřebovaný čas péče, aktuálně 165 korun za hodinu.

A kdo by se měl na poskytovatele této sociální služby obrátit? „Každý člověk, který pění o sebe sama nezvládá a nemá kolem sebe někoho, kdo by mu dokázal pravidelně pomáhat, by měl začít svou situaci řešit,“ doporučuje Jana Bartoňová.

Právě včasná pomoc může totiž výrazně ulevit nejen samotným klientům, ale i jejich rodinám. A zkušenost paní Vlasty ukazuje, že osobní asistence není jen o praktické pomoci. Často přináší také pocit bezpečí, pravidelný kontakt s lidmi a možnost dál dělat věci, které člověku dávají smysl a přinášejí radost.

AUTOR: Alena Železníková

Co je osobní asistence?

Jde o terénní sociální službu poskytovanou lidem se sníženou soběstačností (senioři, osoby se zdravotním postižením) v jejich domácím prostředí. Pomáhá se sebeobsluhou, hygienou, stravováním, chodem domácnosti i doprovodem na úřady či kulturní akce. Služba je hrazena uživatelem, často s využitím příspěvku na péči, a bez časového omezení. Důraz je kladen na podporu soběstačnosti klientů.

Kdo v kraji službu poskytuje?

ABAPO, www.abapo.cz

Diakonie Valašské Meziříčí, valmez.diakonie.cz

Handicap Zlín, www.handicap.cz

Charita Bystřice pod Hostýnem, Charita Kroměříž, Charita Slavičín, Charita Uherské Hradiště, Charita Valašské Klobouky, Charita Valašské Meziříčí, Charita Vsetín, www.charita.cz

Luhačovická, www.senioriluhacovice.cz

NADĚJE, www.nadeje.cz

Podané ruce – osobní asistence, www.podaneruce.eu

VSSL ČR, www.vasesocialnisluzby.cz

Pohled Elišky Olšákové, náměstkyně hejtmana pro sociální věci a neziskový sektor:

„Letos jsme schválili spolufinancování projektu zaměřeného na podporu osobní asistence ve Zlínském kraji. Podpoříme ho zhruba třemi miliony korun. S projektem počítáme v letech 2026 a 2027 a peníze půjdou na zajištění provozu služby či mzdové náklady asistentů. Osobní asistence hraje klíčovou roli v životě mnoha lidí, kteří díky této službě mohou vést aktivní a důstojný život doma, mezi svými blízkými. Podpora takových služeb má podle nás velký smysl.“

Více informací:

www.nejstenatosamizk.cz

www.socialnisluzbyzk.cz

<https://mpsv.gov.cz/registr-poskytovatelů-sluzeb>

<https://zlinskykraj.cz/aktuality/nejste-na-to-sami-diky-osobni-asistenci-mohou-lide-zustat-dele-aktivni-6a2f>