

Diakonie ČCE pořádá na Vsetíně cyklus podpůrných skupin **Pečuj doma a s námi**.

## PEČUJETE O SVÉ BLÍZKÉ? PODPŮRNÉ SKUPINY PEČUJ DOMA A S NÁMI OD 15. BŘEZNA 2019 VE VSETÍNĚ

Podpůrné skupiny jsou určeny laickým pečujícím z rodin, starajícím se zejména o seniory. Na skupině získáte potřebné rady a informace, vyměníte si zkušenosti, prakticky nacvičíte ošetrovatelské techniky. Obdržíte také soubor příruček k pečování a DVD s instruktážními videi.

### TERMÍNY A TÉMATA

- |                               |   |
|-------------------------------|---|
| <b>Pá 15.3. 15:00 - 19:00</b> | <b>Fyzioterapeutická podpůrná skupina, Mgr. Eva Šafářová</b><br>(naučíme vás, jak správně polohovat, otáčet a zvedat vašeho blízkého a přitom neublížit svým zádům)             |
| <b>Pá 22.3. 15:00 - 19:00</b> | <b>Úskalí ošetrování I, Mgr. Iva Vránová</b><br>(poradíme, co vám péči o blízkého usnadní, co mít v lékárnice, jaké zdravotní pomůcky si pořídit...)                            |
| <b>Pá 29.3. 15:00 - 19:00</b> | <b>Úskalí ošetrování II, Mgr. Iva Vránová</b><br>(vyzkoušíte si praktickou péči u lůžka - například jak provést celkovou hygienu)   |
| <b>Pá 5.4. 15:00 - 19:00</b>  | <b>Úskalí ošetrování III, Mgr. Iva Vránová</b><br>(dáme vám řadu praktických doporučení pro každodenní péči, např. jaká je správná výživa, jak měřit tlak...)                   |
| <b>Pá 12.4. 15:00 - 19:00</b> | <b>Skupina o komunikaci a doprovázení v konci života, Mgr. Iva Vránová</b><br>(poradíme vám, jak s blízkým komunikovat i jak zvládnout obavy a emoce spojené se závěrem života) |
| <b>Pá 26.4. 15:00 - 19:00</b> | <b>Vše o demenci, Mgr. Janošková Veronika</b><br>(vysvětlíme vám, jak komunikovat s vaším blízkým s demencí a do jakých činností ho zapojit)                                    |

**Podpůrné skupiny se uskuteční v Domově Vyhlídka, Strmá 34,  
Vsetín 755 01.**

Cyklus je financován z prostředků Evropského sociálního fondu prostřednictvím Operačního programu Zaměstnanost a státního rozpočtu ČR, **pro účastníky je zdarma.**

**Přihlašovat se můžete přes webový formulář na [www.pecujdoma.cz](http://www.pecujdoma.cz),  
e-mailem na [janoskova@diakoniev.cz](mailto:janoskova@diakoniev.cz) nebo telefonicky na čísle 730 816 756.  
Rádi zodpovíme i Vaše dotazy!**