



TŘI SETKÁNÍ PEČUJ DOMA OD 27. LEDNA V JABLONCI N. NISOU

Především těm, kteří již absolvovali náš sedmidílný vzdělávací cyklus pro laické pečující, nabízíme tři pětihodinová setkání s prvky **podpůrné skupiny a workshopu**.

Uskuteční se v prostorách Spolkového domu v Jablonci n. N., Emilie Floriánové 1736/8. vždy **od 10 do 15 hodin**.

neděle 27. 1.

Jak pečovat o svého blízkého a nezbláznit se z toho

- Pečování je náročné nejen fyzicky, ale především psychicky. Jak se o sebe postarat poradí zkušená psychoterapeutka.
- vede: Mgr. Věra Dufková

neděle 3. 3.

Komunikace a asertivita v praxi

- Někdy není snadné komunikovat s druhými, stejně jako není vždy snadné dokázat se zdravě prosadit. Přijďte si vyzkoušet, že to jde i jinak!
- vede: Mgr. Věra Dufková

sobota 25. 5.

Základy první pomoci s důrazem na pomoc seniorům

- Připravte se už teď i na tyto situace. Poznatky ze setkání mnohonásobně využijete i v pomoci přátelům a známým
- vede: MUDr. Petra Řeháčková

Setkání jsou součástí projektu „Pečuj doma a s námi“, financovaného z prostředků Evropského sociálního fondu prostřednictvím Operačního programu Zaměstnanost a státního rozpočtu ČR, pro účastníky jsou **zdarma**.

Závazná přihláška na skupiny Pečuj doma a s námi – Spolkový dům Jablonec n. Nisou, Emilie Floriánové 1736/8, 466 01 Jablonec nad Nisou

Jméno, příjmení, titul:

Adresa bydliště:

Telefon, e-mail:

Poznámka:

Datum narození: Datum, podpis:

Souhlasím se sběrem, uchováním a zpracováním svých osobních údajů realizátorem projektu. Údaje bude využívat jen v rozsahu nutném k realizaci projektu a neposkytne je třetím osobám.

Přihlášku prosím zašlete na adresu: Diakonie ČCE, Pečuj doma, Opletalova 6, 602 00 Brno. V elektronické podobě se můžete přihlašovat přes webový formulář na www.pecujdoma.cz,

e-mailem na dagmar.pelcova@diakonie.cz, telefonicky na čísle 739 244 784.

Rádi zodpovíme i Vaše dotazy.