



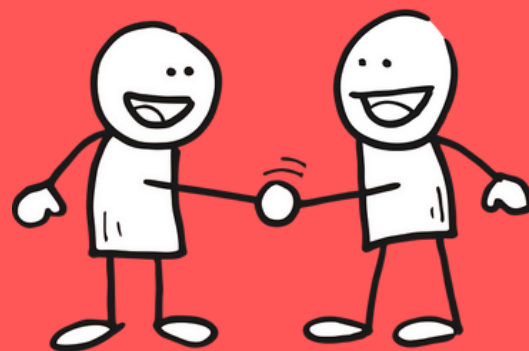
# PEČUJETE DOMA O SVÉHO BLÍZKÉHO A CHYBÍ VÁM PODPORA?

Projekt Podpora komunitních a sociálních aktivit na území MAS Pošumaví  
(reg.č.: CZ.03.02.01/00/00/22\_008/0000152)



Víme, že péče o rodinného příslušníka v domácím prostředí je časově a psychicky velmi náročná a vyčerpávající. Často je velmi obtížné ji skloubit s prací a sladit s péčí o zbytek rodiny. Péče klade na člověka odborné nároky, ale také je dlouhodobým závazkem s vysokými nároky na sebeorganizaci s nutností péče o sebe samotného.

**KONTAKTUJTE NÁS: 725 746 189**  
**pecujici@domavekdyni.cz**



## PROPOJENÍ S ODBORNÍKY

Pokud potřebujete poradit s péčí o blízkého, propojíme Vás s pečovatelkou, pokud půjde o zdravotní úkony, zařídíme Vám schůzku se zdravotní sestrou. A pokud se potřebujete vypovídat a nabrat síly, nebojte se požádat o psychologa.

## KOMPENZAČNÍ POMŮCKY

Řada pomůcek může Vašemu blízkému usnadnit pohyb nebo Vám usnadnit péči. Buď Vám pomůcky přímo zapůjčíme nebo poradíme, kde a jak je získat a hlavně jak je správně používat.



## KOMPLEXNÍ PROBRÁNÍ ŽIVOTNÍ SITUACE

Probereme detailně vše, co potřebujete, a společně se pokusíme najít způsob, jak Vám situaci ulehčit.

## PORADENSTVÍ A PODPORA PŘI PÉČI

Pracujeme jako pečovatelky nebo zdravotní sestry, proto se budeme snažit Vám poradit v oblastech péče, ve kterých tápete. Poradíme se základní rehabilitací, ale také s péčí o případnou ránu.

## NÁCVIK PÉČE U VÁS DOMA



Je pro Vás péče o blízkého člověka úplnou novinkou nebo se stav blízkého zhoršil a je potřeba způsob péče změnit? Nebojte se říct si o pomoc a my Vám v bezpečí Vašeho domova s péčí pomůžeme a ukážeme Vám jak na to, ať již jde o podávání stravy, hygienu (na lůžku či v koupelně), techniku použití inkontinenčních pomůcek, polohování nebo manipulaci s blízkým

## INFORMACE O SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH

Ve Vaší obtížné životní situaci nemusíte být sami, ale mohou Vám pomoci sociální služby. Rádi Vám vysvětlíme, jaké máte možnosti například odlehčovací služby či denních stacionářů.



## PODPŮRNÉ SKUPINY PRO PEČUJÍCÍ

Ve Kdyni probíhají pravidelně podpůrné skupiny pro neformální pečující, kde máte možnost potkat se s lidmi, kteří řeší podobné věci jako Vy. Můžete v nich sdílet své trápení, ale i vzájemné povzbuzení, předat si své zkušenosti a uvědomit si, že v tom nejste sami.



Spolufinancováno  
Evropskou unií

