****

**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.