

Nabídka online kurzů a podpůrných skupin pro pečující v DUBNU

7. – 8. 4. 17 – 20: **Komunikace při péči** (Akreditovaný kurz pro pečující)
V kurzu se seznámíte s konkrétními technikami, které vám pomohou při komunikaci s těmi, o které pečujete. Kurz vám umožní reflektovat dosavadní způsob vaší komunikace a zjistit, proč některé způsoby nefungují a co můžeme udělat jinak. Prakticky si vyzkoušíme vedení rozhovoru, aktivní naslouchání a práci s emocemi. Budeme se zabývat chybami v komunikaci a komunikačními bariérami.
lektorka: Michaela Lengálová, Dis.
- 14.4. 9.30 – 11.30: **Co život dal a vzal aneb co péče dává a bere** (Podpůrná psychoterapeutická skupina pro pečující)
Skupina je určena pečujícím i těm, které péče o blízké teprve čeká. Skupinová setkání jsou zaměřena na jednotlivá témata jako Péče a profesní ambice, Rovnováha mezi péčí a osobním životem, Pečování a finance, Přátelství, které je při péči podporou a další témata, která s péčí o blízké souvisí.
Psychoterapeutka: Mgr. Martina Hazuková
- 21.4. 10 – 11: **Trénování paměti** s Ing. Danou Steinovou (Kurz pro pečující)
Trénink paměti vám odhalí, o jak zajímavý a efektivní nástroj se jedná. Zjistíte, že lidský mozek zdaleka není tak funkční, jak jste se domnívali a že se bez vaší asistence neobejde. Ověřte si, jaký máte obrovský mentální potenciál a zvýšíte si nejen vlastní sebevědomí, ale také se naučíte, jak jej lze rychle pozvednout. Pamatovat si je snadné, pokud znáte to správné "know how"!
Lektorka: Ing. Dana Steinová
27. - 28.4. 17 – 20: **Sociálně právně minimum** (Akreditovaný kurz pro pečující)
V kurzu se dozvíte, jaké příspěvky, dávky či úlevy v rámci systému sociálního zabezpečení ČR může využít člověk, o kterého pečujete. Prakticky si vyzkoušíte, jak o tyto příspěvky požádat a na co si dát pozor.
Lektorka: Mgr. Pavlína Tonarová
- 28.4. 9.30 – 11.30: **Tipy na zvládání péče** (Kurz pro pečující)
V rámci kurzů se budeme společně věnovat technikám a strategiím, které nám mohou život při pečování usnadnit, případně ulevit od jejich důsledků pro tělo i duši.
Lektorka: Mgr. Martina Hazuková
- Kontakt pro zájemce:** zdenka.hlavnickova@pecujdoma.cz, 730 195 061
renata.dohnalova@pecujdoma.cz, 734 682 249

www.pecujdoma.cz