**Centrum pro rodinné pečující v Praze**

**Pečujete o blízkou osobu?**

**Nemusíte být na vše sami, nabízíme Vám bezplatnou pomoc.**

Celesta Praha pro Vás otevřela v lednu 2020 Centrum pro rodinné pečující, jehož cílem je zásadně zlepšit podmínky pro poskytování rodinné neformální péče o seniory v Praze. Činnost Centra je zaměřena na podporu rodinných pečujících, jejich provázení péčí, koordinaci sdílené sociální, zdravotní a ošetřovatelské péče a jejich psychosociální podporu.

V Centru získáte kontaktní místo a osobu (poradce pro rodinné pečující), která Vaši situaci nahlédne v celé šíři. Díky Centru tak bude možné překonat roztříštěnost podpory a dostupných služeb a vytěžit tak maximum ze stávajících systémů sociálních, zdravotních a komunitních služeb a dílčích služeb orientovaných na neformální pečující. Multidisciplinární tým našeho Centra Vám tak poskytne kompletní poradenství „pod jednou střechou“, aniž byste museli sami hledat zdroje pomoci u řady institucí.

**Jak Vám můžeme pomoci:**

* Probereme s Vámi Vaši životní situaci a poskytneme Vám komplexní a individuální přístup k jejímu řešení
* Pomůžeme Vám zorientovat se v systému sociálních a zdravotních služeb a zajistit pro Vás ty nejvhodnější
* Poskytneme Vám informace a průběžnou podporu, která Vám ulehčí péči o blízkého člověka
* Pořádáme pro Vás vzdělávací aktivity, odborné workshopy s praktickými nácviky zaměřené nejen na různé aspekty péče, ale i relaxační techniky pro pečující osoby

**Praktické tematické workshopy** (kratší, 4hodinové kurzy), které pro Vás připravujeme, využijete při péči. Při jejich plánování vycházíme mj. z poptávky našich klientů. Jedná se o workshopy zaměřené na různé **aspekty péče a ošetřovatelství** (prevence dekubitů, pooperační rehabilitace v domácím prostředí, péče o diabetika, stravování diabetika, podiatrická prevence, prevence pádů a úrazů v domácím prostředí, využívání kompenzačních pomůcek apod.), dále na **specifika různých zdravotních postižení, jejich rozpoznání a prevence**: Alzheimerova choroba, Parkinsonova nemoc, cévní mozková příhoda (CMP), infarkt myokardu (IM), deprese a úzkostně panické poruchy ve stáří aj.

Dále pro Vás organizujeme **psychorelaxační setkání jejichž cílem je pečujícím poskytnout psychosociální podporu a relaxaci.** Jde o celodenní setkání (rozsah 8 hodin) moderovaná psychologem, která jsou zaměřená na načerpání sil, sdílení zkušeností a poskytování si vzájemné podpory v síti podobně angažovaných lidí.

Chápeme, že pečující osoby nemají času nazbyt. Proto na dobu všech námi pořádaných akcí pro pečující osoby poskytujeme **příspěvek na zajištění péče**, případně Vám pomůžeme se zajištěním osobní asistence pro pečovanou osobu. Při účasti na čtyřhodinové akci je pečujícímu vyplacen na místě oproti podpisu v hotovosti příspěvek ve výši 500 Kč, v případě osmihodinové akce 1000 Kč. Způsob zajištění této péče pečující nijak nedokládá.

**Činnost Centra je financována z OP Zaměstnanost z prostředků Evropské unie a státního rozpočtu ČR.**

**Všechny aktivity centra jsou poskytovány pečujícím bezplatně.**

Bližší informace a kalendář akcí: <http://celestapraha-pecujici.cz/>