

# PÉČE PRO PEČUJÍCÍ

ONLINE BESEDA O TOM, ŽE I LIDÉ  
PEČUJÍCÍ O DRUHÉ POTŘEBUJÍ PÉČI

**4. 4. 2022 v čase od 16:00 do 17:30**

**Budeme mluvit o tom:**

jak být nablízku člověku s duševním onemocněním  
a zároveň nezapomínat na své potřeby,  
jak si budovat zdravé hranice, jak podporovat, ale „nepřepečovávat“, co mi  
může pomoci předcházet vyhoření, jak poznám, že sám potřebuji  
pomoc a kde ji hledat...

Besedu povede Mgr. et Mgr. Zdeňka Szkanderová - psycholožka  
a psychoterapeutka, která se věnuje pomoci lidem s duševním  
onemocněním, s poruchami osobnosti a lidem závislým na návykových  
látkách.

**URČENO PRO ŠIROKOU VEŘEJNOST / ÚČAST ZDARMA**

**Na besedu se připojíte ZDE.**

Své otázky k tématu posílejte dopředu na  
email: [jordan@slezskadiakonie.cz](mailto:jordan@slezskadiakonie.cz).

Tato akce je hrazena z prostředků Evropského sociálního fondu v rámci projektu  
Společně v jedinečnosti a sociálnímu začlenění, Reg. č. CZ.03.2.60/0.0/0.0/18\_088/0010748.



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost

 **Slezská diakonie**