



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost

Projekt:

CZ.03.2.63/0.0/0.0/15\_007/0016000

Podporujeme hrdinství,

které není vidět III. – klíčová aktivita č. 4

PODPORA DOMÁCÍ PÉČE

## NA PÉČI O SVÉ RODINNÉ PŘÍSLUŠNÍKY NEJSTE SAMI, RÁDI VÁM POMŮŽEME

### Ocitli jste se v situaci, kdy:

- **Je Váš příbuzný v nemocnici a bude závislý na Vaší pomoci, podpoře a péči?**
- **Zdravotní stav Vaší blízké osoby se zhoršil a potřebujete radu, jak o něj začít pečovat?**
- **Nebo už pečujete, ale potřebujete podporu v tom, jak péči nadále zvládat?**

**tak VYUŽIJTE SLUŽBU PROVÁZENÍ**

### Služba provázení:

- ❖ podporuje neformální rodinné pečující v Moravskoslezském kraji,
- ❖ a to prostřednictvím provázejících pracovníků,
- ❖ **je pro Vás zdarma.**

### Provázející pracovník (dále jen „provázející“):

- ❖ pomáhá zvyšovat kompetence Vás - rodinných pečujících,
- ❖ bude Vám předávat všechny potřebné informace,
- ❖ **pomůže Vám získat znalosti a dovednosti potřebné k péči o osobu blízkou,**
- ❖ úzce spolupracuje s nemocnicí / jiným zdravotnickým zařízením, kde se nachází Váš příbuzný,
- ❖ je externí zaměstnanec Krajského úřadu Moravskoslezského kraje a je specializovaný na problematiku provázení osob pečujících.



### S ČÍM VÁM PROVÁZEJÍCÍ MŮŽE POMOCI:

- **Pokud je Váš příbuzný ještě v nemocnici:**
- ❖ **poskytne psychickou podporu při**
  - vyrovnávání se se situací,
  - porozumění, jak péče ovlivní běžný život,
- ❖ **podá pomocnou ruku ve všem, co Vám usnadní zvládnout pečovat doma.**
- **V procesu přípravy na přechod ze zdravotnického zařízení do domácího prostředí poskytne:**
- ❖ podporu při zajištění dávek, např. příspěvku na péči,
- ❖ pomoc při zajištění pomůcek pro péči (např. lůžko, zvedák, chodítka, nafukovací vana, atd.),
- ❖ **nabídku informací a dovedností pro domácí péči** (např. jak správně manipulovat, poskytovat osobní hygienu, podávat stravu).

**MÍSTA, KDE od listopadu 2020 do března 2022  
pilotně PŮSOBÍ PROVÁZEJÍCÍ PRACOVNÍCI:**

**OPAVA a přilehlé obce**

**Pavína Králová, DiS.**

e-mail: kralova.p@post.cz

tel.: **735 150 579**

**OPAVA a přilehlé obce**

**Bc. Tereza Šenková**

e-mail: terinka.senkova@gmail.com

tel.: **735 150 567**

**ČESKÝ TĚŠÍN / TŘINEC a přilehlé obce**

**Bc. Beáta Dulawová**

e-mail: beata.dulawova@centrum.cz

tel.: **735 150 569**

**JABLUNKOV / TŘINEC a přilehlé obce**

**Mgr. Monika Rojčíková**

e-mail: m.rojckova@seznam.cz

tel.: **735 150 572**

**HAVÍŘOV / FRÝDEK-MÍSTEK a přilehlé obce**

**Mgr. Jana Tiahan Wojtoňová**

e-mail: jana.wojtonova@seznam.cz

tel.: **735 150 564**

**OSTRAVA - jen pro rodiny s dětmi do 18 let**

**Mgr. Iva Kuzníková, Ph.D.**

e-mail: iva.kuznikova@fno.cz

tel.: **703 171 602**

**Projekt je časově omezen,  
realizace probíhá od listopadu 2020  
do března 2022**



#### KONTAKTY

Pokud chcete získat více informací  
o aktivitě provázení, kontaktujte:

Mgr. Markétu Vaculovou,  
odborného specialistu Projektu  
tel.: 731 406 570  
vaculova.marketa@seznam.cz



**Potřebujete při péči doma sladit  
rodinný či osobní život nebo jste jen  
unavení?**

❖ **Provázející Vám pomůže zajistit  
další návazné služby:**

- **odlehčovací sociální služby** jsou pro Vás, pokud si potřebujete odpočinout nebo zařídit něco důležitého,
- **terénní nebo ambulantní služby** Vám pomůžou v péči o příbuzného.

**Máte potřebu se o své starosti  
podělit s někým, kdo Vám bude  
rozumět?**

❖ **Provázející zprostředkuje  
kontakt na:**

- **svépomocnou skupinu** pro pečující (lidé, kteří také pečují a jsou v podobné situaci),
- **pacientskou organizaci** (opečovávané osoby se stejnou diagnózou).