



Podpora pečujících na území MAS Pošumaví

Představíme vám aktivity na podporu neformálních pečujících. Aktivity jim umožní získat ztracený čas na sebe, partnera, rodinu, dále získají relevantní informace o možnostech využití sociálních a návazných služeb. Společná témata budou neformální pečující sdílet v rámci svépomocných skupin, naučí se hájit svá práva a získají povědomí o legislativě. V provázanosti na aktivity podporující komunitní život v obci a komunitní plánování v sociálních službách začnou komunikovat s těmi, kteří se tímto tématem zabývají.

Ing. Marie Homolková
koordinátorka projektu
+420 724 503 952

Místní akční skupina Pošumaví, zapsaný spolek

Plánická 174, 339 01 Klatovy; tel. 376 387 717
Č. účtu: 27-7282760287/0100, IČO: 71214313/DIČ: CZ71214313



Registrační číslo projektu: CZ.03.02.01/00/22_008/0000152

Název projektu: Podpora komunitních a sociálních aktivit na území MAS Pošumaví



HOMESHARING

Kontakt na koordinátorku homesharingu:

Bc. Jana Javorská

e- mail: opzmasposumavi@gmail.com, telefon: +420 724 158 377

Pro koho je tato aktivita vhodná: rodiny pečující o dítě se zdravotním postižením

Popis aktivity:

Jedná se o formu odlehčovací služby, která je zajišťována vyškolenými dobrovolníky, tzv. hostiteli. Ti si dítě vezmou např. na odpoledne nebo na víkend s cílem usnadnit rodičům náročnou péči, poskytnout jim čas na vlastní aktivity a zároveň dítěti nabídnout nové zážitky.

Hostitelské péči předchází náročný a dlouhodobý proces vzdělávání dobrovolníků i rodin, následné párování rodin a neustálá profesionální podpora všech zapojených účastníků.

Rodiče mohou využít účasti při setkávání svépomocné skupiny.



PODPORA NEFORMÁLNÍCH PEČUJÍCÍCH

Kontakt na case managera:

Ing. Jan Suastika

e- mail: opzmasposumavi@gmail.com

Pro koho je tato aktivita vhodná: pro všechny, kteří pečují o blízkou osobu v domácím prostředí

Popis aktivity:

Podpora neformálních pečujících zaměřená na jejich edukaci s profesionály, na psychologickou podporu, prevence vyhoření.

Cílem je, aby se pečující orientovali v nabízených a dostupných službách, snadněji se vyrovnali se situací a přizpůsobili život péči, aby si osvojili způsoby péče, manipulace, ošetřování, rehabilitace a uměli si vybudovat vlastní mechanismy a postupy, jak zvládnout péči i změny, které s sebou situace přináší a byli si jistí, že poskytují osobě blízké v jejím přirozeném prostředí kvalitní péči.

Možnost vytvoření a účasti při setkávání svépomocné skupiny.



PODPORA NEFORMÁLNÍCH PEČUJÍCÍCH V OBLASTI PALIATIVNÍ PÉČE

Kontakt na case managera (terénní sociální pracovnice) - Mgr. Andrea Vetráková

e- mail: opzmasposumavi@gmail.com, telefon: +420 721 720776

Kontakt na koordinátora paliativní péče - Bc. Jana Kaňková, DiS.

e- mail: opzmasposumavi@gmail.com, telefon: +420 721 622 900

Pro koho je tato aktivita vhodná: pro všechny, kteří pečují o blízkou osobu na konci života.

Popis aktivity:

Individuální konzultace s cílem zajistit pečujícím podporu. Pečujícím bude zajištěna možnost zaučení v péči o blízkého, navázání na další sociální služby a instituce dle individuálních potřeb a poskytnutí podpory v rámci multidisciplinárního týmu. Vzdělávací akce pro pečující a možnost vytvoření a účasti při setkávání svépomocné skupiny.



SVÉPOMOCNÉ SKUPINY

Kontakt na koordinátorku svépomocných skupin

Cílová skupina: rodiče pečující o děti se zdravotním postižením

Bc. Lenka Ticháčková, DiS.

e- mail: opzmasposumavi@gmail.com, telefon: +420 724 862 356

Kontakt na koordinátorku svépomocných skupin

Cílová skupina: pečují o blízkou osobu v domácím prostředí

Bc. Lucie Routová

e- mail: opzmasposumavi@gmail.com

Pro koho je tato aktivita vhodná: pro všechny, kteří pečují o blízkou osobu v domácím prostředí

Popis aktivity:

Účelem vzniku svépomocných skupin je nabídnout pomoc, vzájemnou podporu a zdroj informací. Získat prostor pro výměnu názorů a myšlenek, nových pohledů, zkušeností a dovedností a zároveň přijímat pomoc pro sebe, ale poskytovat ji i druhým. Svépomocné skupiny dokáží svým členům nabídnout bezpečné prostředí, v rámci kterého mohou změnit svou zdánlivě bezvýchodnou situaci při péči o osobu blízkou a nalézt úlevu, únik z napjatých situací, ale i naději.

Ve společenství lidí, které k sobě váže obdobná životní situace či zkušenost tak mohou pečující přesměrovat svou pozornost, odpočinout si, dobít energii, podělit se o své pocity, vypovídat se ze své bolesti a trápení. Sdílením svých radostí i strastí dojde pečující k zjištění, že není na svoji mnohdy velmi tíživou a obtížnou situaci sám, že je spojen s ostatními prostřednictvím svých zkušeností a může tak nalézt i nový smysl života, životní energii a sílu do další péče.



KOMUNITNÍ PLÁNOVÁNÍ A PLÁNOVÁNÍ SOCIÁLNÍCH SLUŽEB NA ÚROVNI OBCÍ

Kontakt na koordinátorku komunitní práce:

Tereza Eberlová

e- mail: tereza.eberlova@cpkp.cz, telefon: +420 775 764 420

Pro koho je tato aktivita vhodná: uživatelé sociálních služeb, poskytovatelé sociálních služeb, samospráva, sociální pracovníci na obcích, veřejnost, jíž je téma sociálních služeb blízké

Popis aktivity:

Primárně bude koordinátorka komunitní práce zjišťovat potřeby sociálních a souvisejících služeb v obcích v ORP Horažďovice. Bude aktivizovat starosty, organizovat setkávání v návaznosti na zpracovaný Komunitní střednědobý plán rozvoje sociálních služeb na Horažďovicku na období 2023-2025 a jeho naplňování. Během setkání všech aktérů se bude diskutovat nad reálnými potřebami a v rámci celého území MAS budou řešena společná témata v sociální oblasti.