

SKUPINA PRO PEČUJÍCÍ



ŘÍJEN - ČERVEN 2026, ÚTERÝ OD 16:00 DO 17:30



**STARÁTE SE O BLÍZKOU OSOBU A CÍTÍTE SE PŘETÍŽENÍ?
BÝT OPOROU NENÍ SNADNÉ, NENECHÁVEJTE SEBE NA POSLEDNÍM MÍSTĚ!
ZVEME VÁS DO UZAVŘENÉ PSYCHOTERAPEUTICKÉ SKUPINY, KDE SE
V BEZPEČNÉM PROSTŘEDÍ MŮŽETE ZASTAVIT, NADECHNOUT A PEČOVAT O SEBE.**

VE SKUPINĚ VÁS ČEKÁ

- Psychoterapeutická uzavřená skupina, ve které se zavazujeme k mlčenlivosti.
- Podpora a porozumění od těch, kteří znají tíhu péče z vlastní zkušenosti.
- Zastavení se v každodenním kolotoči, čas na sebe, své emoce a potřeby.
- Naučíme vás metody pro hledání vlastních zdrojů odolnosti a zklidnění napětí, abyste mohli efektivněji fungovat a předcházet vyhoření.
- Nejedná se o poradenskou podporu v pečování o blízkou osobu.

SKUPINA JE VHODNÁ PRO KLIENTY, KTEŘÍ:

- Pečují o blízkou osobu a potřebují duševní podporu, nebo podporují někoho v rodině, kdo je hlavní pečující osobou.
- Pečují o někoho s duševním či somatickým onemocněním.
- Jsou již napojeni na služby sociálního poradenství.
- Jsou schopni přijmout závazek pravidelné docházky.

SKUPINOU VÁS PROVEDOU

- Psychoterapeutka Mgr. Anna Horáková,
- Arteterapeutka Bc. Lenka Mlejnková.



PSYCHOTERAPIE FOKUS PRAHA

**NAŠE PÉČE JE HRAZENÁ Z VEŘEJNÉHO POJIŠTĚNÍ A GRANTŮ
MEZIŠKOLSKÁ 1120/2, PRAHA 6 - BŘEVNOV, 169 00**

V PŘÍPADĚ ZÁJMU O VSTUP DO SKUPINY KONTAKTUJTE NAŠÍ RECEPCI:

☎ 777 800 387 NEBO ✉ RECEPCE.BREVNNOV@FOKUS-PRAHA.CZ



FOKUS-PRAHA.CZ