



**Pečujete o dítě s postižením,
seniora či dospělého s chronickým
onemocněním nebo po úrazu?
Pomůžeme vám.**

- Nevím, na co mám jako pečující nárok.
- Potřebuji si odpočinout, ale nemám nikoho, kdo by mi pomohl.
- Neorientuji se v systému dávek, sociálních služeb a úřadů.
- Začínám být zoufalá, jsem na všechno sama.

**Běží vám tyto myšlenky hlavou?
Obrátte se na Oporu Diakonie.**



Co nabízíme:

- **Online Průvodce péče** — informace dle konkrétních potřeb pečujících
 - **Bezplatná poradenská linka: 800 915 915**
 - Víme, kterou z **3 700 dostupných sociálních služeb** z celé ČR vám doporučit.
 - Ve vybraných regionech vás spojíme s koordinátory péče v rámci služeb **Diakonie ČCE**.
 - **Užitečné informace a vzdělávací materiály**
 - **Kurzy a setkání** online i s osobní účastí
 - **Psychoterapeutické skupiny**
-

Při péči o druhé je důležitá i péče o sebe.

Opora Diakonie je celostátní program na podporu neformálních pečujících poskytovaný Diakonií Českobratrské církve evangelické.

Informace pro pečující přehledně, rychle a na jednom místě.

Bezplatná poradenská linka: **800 915 915**

po—pá 9:00—17:00

www.oporadiakonie.cz

