



## NABÍDKA PRO RODINNÉ PŘÍSLUŠNÍKY PEČUJÍCÍ O LIDI SE ZKUŠENOSTÍ S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM V PARDUBICKÉM KRAJI

V posledních letech probíhá reforma psychiatrické péče, která má za cíl zvýšit kvalitu poskytovaných služeb, rozšířit kapacity a formy léčby a podpory lidí s duševním onemocněním, ale i jejich rodinných příslušníků (rodiče, partneři, dospělé děti). V Pardubickém kraji mají možnost se zapojit do vzdělávání a neformálního setkávání. Mohou posílit svůj vztah k nemocnému tak, aby nemoc nebylo jediné téma, které spolu řeší.

**PRO KOHO:** program je určen pro rodinné příslušníky lidí, kteří žijí s duševním onemocněním. (psychotická onemocnění, deprese a bipolární poruchy)

**JAK SE MOHU ZAPOJIT:** stačí se ozvat na jeden z kontaktů níže. Rádi se s Vámi sejdeme na jakémkoliv místě Pardubického kraje, můžeme si zavolat nebo propojit na sociálních sítích. Zjistíme od Vás, jaké máte přání, co z nabídky byste rádi absolvovali. Následně domluvené budeme realizovat.

**NĚCO NAVÍC:** Kromě nabídky níže, je možné se s námi neformálně setkávat. Jsme aktivní při reformě psychiatrické péče v Pardubickém kraji a vzděláváme se. Přivítáme mezi námi kohokoliv, kdo by se rád zapojil (můžete nám pomoci se vznikem svépomocných skupin v kraji).

### NABÍDKA VZDĚLÁVÁNÍ, KTERÁ JE MOŽNÁ REALIZOVAT V JAKÉMKOLIV MÍSTĚ PARDUBICKÉHO KRAJE.

#### 1) **Psycho edukace pro rodinné příslušníky lidí s psychotickým onemocněním/ depresemi/ bipolární poruchou**

Co se dozvíte? Zvýšíte si znalosti o nemoci svého příbuzného, léčbě, včasných varovných příznacích a zotavení. Je veden profesionály v oblasti péče o duševní zdraví a lidmi s vlastní zkušeností s nemocí.

**Forma:** Seminář **Délka:** 4 setkání x 3 hodiny (celkem 9 hodin) **Počet účastníků:** 12 – 15

**Obsah:** **1. den** • Definice onemocnění, jeho projevy, průběh a prognóza • **2. den** Příznaky a jejich příčiny • Dostupná léčba **3. den** • Prevence relapsu nemoci • Časné varovné příznaky nemoci • Zdravý životní styl **4. den** • Cílem modulu je představit účastníkům interaktivní formou koncept zotavení a seznámit s právy lidí s duševním onemocněním.

#### 2) **Strukturální Stigma a Reforma psychiatrické péče**

Nevíte, jak v rodině mluvit o nemoci? Co vlastně diagnóza Vašeho blízkého znamená? Dostane se z toho někdy? V našem programu vytváříme bezpečný prostor pro sdílení s lidmi, kteří si procházejí podobnou situací jako vy. Společně s námi se můžete podílet na snížení stigmatizace. Pojdme své zkušenosti sdílet.

**Forma:** Seminář **Délka:** 2 hodiny **Počet účastníků:** 12 -15 účastníků



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost



**Obsah:** • Cílem modulu je popsat současný systém psychiatrické péče v ČR • poukázat na nedostatky a seznámit účastníky s možnými řešeními těchto problémů •

### 3) Beseda Nejsme v tom sami

Beseda Nejsme v tom sami má za cíl představit zkušenosti lidí, kteří žijí s lidmi s duševním onemocněním. Věnuje se životu s nemocí, osobním cestám zotavení, ale i problému stigmatizace. Poukazuje na to, jaký vliv má stigmatizace na lidi s duševním onemocněním a že může často představovat větší zátěž nežli nemoc samotná, jelikož přispívá ke strachu vyhledat potřebnou pomoc a hájit svá práva.

**Forma modulu:** Beseda **Délka modulu:** 2 hodiny **Počet účastníků:** 10 - 80 účastníků (dle prostoru)

**Obsah modulu:** • Úvod do tématu duševního zdraví, nemoci a stigma • Moderovaná diskuze  
• Vaše dotazy

### KONTAKT NA REGIONÁLNÍ SPECIALISTKY V PARDUBICKÉM KRAJI

Alžběta Šustr Feyfarová – T: 775 141 989, [alzbeta.sustr@nudz.cz](mailto:alzbeta.sustr@nudz.cz)

Leona Hovorková – T: 605 128 091, [leona.hovorkova@nudz.cz](mailto:leona.hovorkova@nudz.cz)