

PODPŮRNÁ SKUPINA PRO PEČUJÍCÍ

Aby péče pro druhé,
neznamenala ztátu sama
sebe!

Pečujete o své blízké? Ale kdo pečuje o vás? ❤️

Dlouhodobá péče o člena rodiny je nesmírně náročná role, ve které člověk pod tíhou povinností snadno zapomene na sebe sama.

Nové Město nad Metují proto otevírá **podpůrnou skupinu Pečujeme spolu** – bezpečné místo, kde rodinní pečující získají pochopení, možnost sdílení a praktické techniky pro zvládnání každodenního stresu.

Setkání povede **lektorka a koučka Katka Francová**, která doma pečuje o maminku s Alzheimerovou chorobou, takže velmi dobře zná každodenní realitu pečujících.

- **Kdy: úterý 16. června 2026, od 16:00 do 18:00 hodin**
- **Kde: prostory Centra prevence Mandl - na adrese Družstevní 587, Nové Město nad Metují.**
- **Setkání je pro pečující ZDARMA**
- **Informace: Kateřina Francová, ☎ 608824504**
✉ info@pecujemespolu.cz

- ✨ **Můžete přijít posdílet své pocity.**
- ✨ **Můžete se přijít dozvědět něco nového nebo načerpat inspiraci.**
- ✨ **A můžete přijít i jen tak být.**



Spolufinancováno
Evropskou unií



nmm
nové město nad metují

Rozvoj regionálního partnerství v sociální oblasti na území obcí
Královéhradeckého kraje IV
reg. č. CZ.03.02.02/00/24_068/0004972