



Podpůrné Centrum Včera

Podpůrné centrum Včera

**Pomoc a podpora pečujícím
rodinám, kterým ovlivnila život
Alzheimerova nemoc
či jiné formy poruchy paměti.
Všechny naše služby jsou bezplatné.**

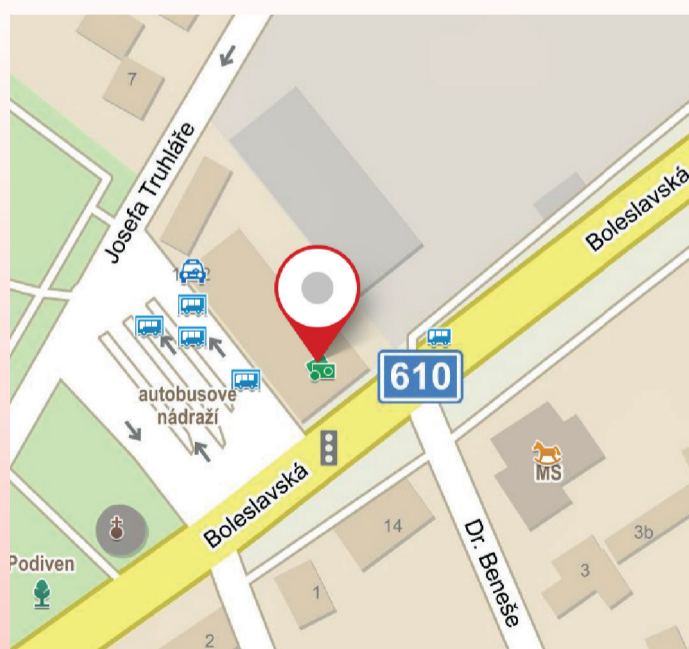
Kde nás najdete?

**Boleslavská 187/1
Brandýs nad Labem
– Stará Boleslav**

na rohu u autobusového nádraží
ve Staré Boleslavi

**otevřeno:
po–pá: 9–15:30**

608 865 772
pruvodcepece2@dementia.cz
www.dementia.cz



Pečujete o svého blízkého,
cítíte se unaveni?

Nezbývá vám čas na sebe?

Hledáte odpovědi na otázky
v souvislosti s péčí?

Rádi byste si o tom popovídali,
nebo si s někým vyměnili zkušenosti?

Dostali jste se do bodu, kdy nevíte jak dál?

Nabízíme vám a vašim blízkým:

- příjemně strávené chvíle v bezpečném prostředí, kde se můžete zastavit
- smysluplný dopolední / odpolední program
podrobně na druhé straně letáku
- možnost poradit se s odborníky
a účastnit se přednášek či besed
- porozumění, oporu a prostor
pro sdílení zkušeností, starostí a radostí
- volný čas, který jako pečující
můžete věnovat sami sobě



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

DEMENTIA
www.dementia.cz

Plánovaný týdenní program

vzpomínání a procvičování paměti

Procvičování paměti vedené zábavnou formou, odlehčené citlivým vzpomínáním.

dopolední protažení pro tělo i duši

Jemné rozhýbání celého těla.

kavárna / 1. měsíčně s živou hudbou

Společenský program nad šálkem dobré kávy.

Hudba, zpěv, povídání, besedy, zajímaví hosté, návštěva dětí.

knihy, které stojí za to číst

Společné čtení, povídání o knížkách, spisovatelích a dalších zajímavých tématech.

místa, která máme rádi

Vzpomínání na místa našeho dětství a mládí, místa známá i neznámá, místa minulá i přítomná.

recepty, pravý domácí poklad

Společné ochutnávky, probuzení chutí a vůní, oživení a zapisování rodinných receptů.

včera neděle byla

Hudební program, společný poslech, zpěv, tanec a povídání o oblíbené hudbě různých žánrů a zpěvácích.

domácí kutilství

Povídání a vzpomínání na oblíbené činnosti a záliby. Drobné domácí práce / kutilská dílna.

podvečerní jógové protažení pro pečující

V prostorech Komunitního centra u Podivena.

V případě dotazů jsme tu pro Vás.

Klára Cingrošová, DiS. | 608 865 772 | pruvodcepece2@dementia.cz