



## Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej

# 28 kwietnia 2016r. Spotkanie grupy wsparcia dla opiekunów osób z niepełnosprawnością

Organizowane przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej spotkania w ramach grupy wsparcia dla opiekunów osób z niepełnosprawnością są odpowiedzią na sygnalizowane potrzeby środowiska. Serdecznie zapraszamy na kolejne spotkanie grupy wsparcia, które odbędzie się w dniu **28 kwietnia 2016r.** o godzinie **9:00** w sali konferencyjnej **204** budynku **B** Starostwa Powiatowego w Limanowej (adres: ul. Józefa Marka 9, 34-600 Limanowa).

Udział w grupie wsparcia umożliwi zaspokojenie potrzeby przynależności, nawiązanie relacji w grupie, a także budowanie systemu wsparcia poprzez pozyskiwanie niezbędnych, pozytywnych informacji.

Niezwykle ważne dla opiekunów osób z niepełnosprawnością jest również dzielenie się doświadczeniem i wzajemną pomocą w przezwyciężaniu trudności. Zaspakaja to potrzebę bezpieczeństwa, akceptacji i zrozumienia. Daje szansę na wzajemne obdarowanie się wsparciem emocjonalnym powodującym wzrost sił wewnętrznych do walki często z poczuciem bezradności. Sprzyja także przezwyciężaniu poczuciu osamotnienia, zmniejsza niepokój i pozwala na wzrost duchowy.

Motywacja i podjęcie działań prowadzących do rozwiązania trudności, otwarcie się na wsparcie i sięganie po oferowaną pomoc stanowią ważne punkty odniesienia w działalności grupy wsparcia.

Dzielenie się własnymi doświadczeniami zakończonymi sukcesem, stwarza możliwość poznania różnych sposobów wyjścia z trudnego położenia. Wykorzystanie nadziei jako narzędzia dającego siłę, wzmacniającego wiarę w możliwość zmiany sytuacji pozwala osobom pełniącym rolę opiekuna na radzenie sobie ze stresem i negatywnymi emocjami, które pojawiają się w życiu każdego człowieka.

Uczestnicy grupy wsparcia mają możliwość korzystania z w/w dóbr, nawiązania relacji z innymi osobami, będącymi w podobnym położeniu. Co pozwala na czerpanie siły, radości, a także innych wartości dla siebie i swoich bliskich.

### **Jeszcze raz Serdecznie zapraszamy !**

Szczegółowe informacje na temat grupy wsparcia można uzyskać dzwoniąc pod numerem telefonu: **(18) 33 37 825**. Informacji udziela Pani **Janina Kędroń - pracownik PCPR w Limanowej**.

Warto również zapoznać się z materiałami promocyjnymi. [Kliknij i zobacz plakaty informacyjne.](#)