



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej

26 kwietnia 2017r.- spotkanie grupy wsparcia dla opiekunów osób z niepełnosprawnością

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej zaprasza opiekunów osób z niepełnosprawnością do wzięcia udziału w spotkaniu grupy wsparcia, które odbędzie się w dniu 26 kwietnia 2017r. o godzinie 9:00 w sali konferencyjnej 204 budynku B Starostwa Powiatowego w Limanowej (adres: ul. Józefa Marka 9, 34-600 Limanowa).

Uczestnicy grupy wsparcia dla opiekunów osób z niepełnosprawnością podejmują otwartą rozmowę o swoich problemach i radościach. Taka rozmowa daje siłę w przeciwstawianiu się bezradności czy zwątpieniu. Daje nadzieję, wzmacniania poczucie własnej wartości, umożliwia poszerzenie kontaktów, zmniejsza napięcie emocjonalne, zapobiega powstawaniu i pogłębianiu się poczucia osamotnienia.

Dzielenie się swoimi doświadczeniami, dostrzeganie własnych potrzeb zmniejsza lęk i wpływa pozytywnie na samopoczucie, zachowanie wewnętrznego spokoju i harmonii u osób pełniących funkcję opiekuna osoby chorej.

Spotkanie grupy wsparcia stanowi dobrą okazję do podejmowania otwartej rozmowy o problemach, a także sposobach wyjścia z kłopotliwych sytuacji i pokonania piętrzących się trudności, z uwzględnieniem potrzeb opiekuna.

Rozmowa ta daje siłę do przeciwstawiania się zwątpieniu czy bezradności. Wzmacnia również poczucie własnej wartości, umożliwia poszerzenie kontaktów, zmniejsza napięcie emocjonalne, zapobiega powstawaniu i pogłębianiu się poczucia osamotnienia.

W trakcie spotkania można pozyskać wiele pożytecznych informacji dotyczących możliwości skorzystania z kompleksowej pomocy w tym wsparcia finansowego.

Serdecznie zapraszamy !

Szczegółowe informacje na temat udziału w grupie wsparcia i jej działalności 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.](#)