



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost



## SETKÁNÍ PEČUJÍCÍCH NA TÉMA PÉČE O SEBE JAKO PŘEDPOKLAD PÉČE O DRUHÉ



**Kde:** konferenční místnost v Domě  
pro seniory Bochoř, Náves 59/48

**Kdy:** čtvrtek 6.10.2022, od 9:00

Setkáním bude provázet psycholožka,  
lektorka a psychoterapeutka Mgr. Marta  
Kocvrlichová.

**Účast je pro zájemce ZDARMA.**

*Sít' pomoci Moštěnka*

Komunitní sociální práce pro Moštěnku  
CZ.03.2.65/0.0/0.0/16\_047/0015774

### PROGRAM

- základy efektivní  
sebepéče
- naplňování vlastních  
potřeb při péči  
o druhé
- zásady zdravé  
psychohygieny
- prostor pro diskuzi

### SÍŤ POMOCI MOŠTĚNKA

Komunitní centra  
Bochoř a Dřevohostice

Telefon: 730 590 004

E-mail:  
[kancelar@mostenka.cz](mailto:kancelar@mostenka.cz)

Webové stránky:  
[sitpomoci.cz](http://sitpomoci.cz)

Facebook:  
[facebook.com/sitpomoci](https://facebook.com/sitpomoci)