



**OZ príbuzných a priateľov ľudí s duševným ochorením**

**OPORA**

vám predstavuje projekt

## **PODPORA NA CESTE**

**Podporné a psychoedukačné stretnutia pre príbuzných  
a ľudí s duševným ochorením**

**Zámerom nášho projektu** je prispieť k zlepšeniu starostlivosti o ľudí s duševným ochorením a ich príbuzných, tým, že im poskytneme informácie a špecifickú podporu pri zvládaní záťaže spojenej s duševným ochorením.

- 1. POHĽAD DO BUDÚCNOSTI – aké máme obavy a aké nádeje?**  
27.3.2014 – PhDr. Zlatka Bartíková
- 2. ŽIŤ VLASTNÝ ŽIVOT – osamostatňovanie sa u ľudí s duševným ochorením**  
24.4.2014 – PhDr. Zlatka Bartíková
- 3. TVORIVÝ PRÍSTUP KU KRÍZE A HĽADANIE ZMYSLUPLNOSTI**  
29.5.2014 – PhDr. Zlatka Bartíková
- 4. ZAMESTNÁVANIE ĽUDÍ S DUŠEVNÝM OCHORENÍM (skúsenosti z chránenej kaviarne Zrnko)**  
25.9.2014 – Mgr. Anna Paulovičová
- 5. AKO PRACOVAŤ S VLASTNÝM POCITOM SKLAMANIA A STRATY A NEUVIAZNUŤ V ŇOM**  
30.10.2014 – PhDr. Zlatka Bartíková
- 6. DÔLEŽITOSŤ PREŽÍVANIA POZITÍVNYCH EMÓCIÍ A VLASTNÝCH ZDROJOV**  
27.11.2014 – PhDr. Zlatka Bartíková
- 7. PREDVIANOČNÉ POSEDENIE s tvorivou dielňou**  
(čas na rozhovory, relax pri voňavom čajiku, koláčikoch, hudbe a tvorivých nápadoch ☺) – **18.12.2014**

**KDE:** Liga za duševné zdravie, Ševčenkova 21, Bratislava – Petržalka

**KEDY:** každý posledný štvrtok v mesiaci

(s výnimkou decembrového stretnutia) od 17.00 do 19.00

### **KONTAKT:**

**Mgr. Anna Kočibalová**

manažérka projektu

**Tel.: 0908 694 808**

[kocibalova.anka@gmail.com](mailto:kocibalova.anka@gmail.com)

**Projekt PODPORA NA CESTE je realizovaný vďaka finančnému výťažku z verejnej zbierky Ligy za duševné zdravie - Nezábudka 2013.**