

**Towarzystwo Przyjaciół Chorych
„Hospicjum im. św. Łazarza”**

zaprasza

opiekunów nieformalnych
osób niesamodzielnych
na szkolenia edukacyjne oraz
porady w Punkcie Informacyjnym.

Opieka nad osobą bliską, która jest ciężko chora, niepełnosprawna lub niesamodzielna, jest trudnym okresem w życiu każdego

człowieka. Opiekunowie chorych, w sytuacji konieczności nagłego podjęcia opieki nad bliskim, którego stan zdrowia uległ drastycznemu pogorszeniu, bardzo często są bezradni i nie wiedzą, gdzie uzyskać pomoc i z kim mogą o swoich problemach porozmawiać. Ważną sprawą w takich przypadkach jest informacja, gdzie można uzyskać pomoc, co pozwala rodzinie, bliskim, przyjaciołom odpowiednio zaopiekować się chorym.

Punkt Informacyjny dla opiekunów nieformalnych

(rodzina, bliscy, przyjaciele, sąsiedzi), który działa w Hospicjum św. Łazarza zaprasza osoby zainteresowane do kontaktu telefonicznego lub osobistego, możemy pomóc:

- gdy nie wiesz, co zrobić kiedy nagle osoba bliska wymaga całodobowej opieki,
- jak przygotować pokój dla osoby niesamodzielnej, jak pielęgnować chorego leżącego,
- jakie sprzęty rehabilitacyjne pomagają w opiece nad osobami niesamodzielnymi,
- jak zapobiegać powikłaniom długotrwałego leżenia,
- jak radzić sobie z trudnymi emocjami.

Jeśli potrzebujesz rozmowy, wiedzy, wsparcia, pomocy zadzwoń do nas lub przyjdź do naszego Domu Hospicjum, ul. Fatimska 17 w Krakowie.

Dyżur telefoniczny odbywa się we wtorki, czwartki i piątki w godzinach 10:00-12:00 pod numerem 12 641 46 57 wew. 13.

Punkt stacjonarny czynny dwa razy w tygodniu: we wtorki i w czwartki w godzinach: 10.30-12.30 oraz 16.00-18.00.

Siedziba punktu: ul. Fatimska 17 w Krakowie, pokój 131 (parter).

Zapraszamy również na [szkolenia edukacyjne](#) (cały cykl szkolenia trwa łącznie 5 godz., tj. dwa razy w tygodniu po 2,5 godz.) prowadzone przez pielęgniarki i fizjoterapeutów o następującej tematyce:

1. Rola opiekuna nieformalnego w opiece nad chorym.
2. Problemy emocjonalne otoczenia w kontakcie z ciężko chorym. Organizowanie czasu wolnego chorym.
3. Żywnienie ciężko chorego.
4. Przygotowanie pokoju chorego w opiece domowej i urządzenia znajdujące się przy łóżku chorego.
5. Pielęgnacja chorego: ułożenie chorego, sianie łóżka, przenoszenie chorego z łóżka, zmiana bielizny pościelowej, pomoc w ubieraniu, pomoc w karmieniu, utrzymanie higieny jamy ustnej, pomoc w toalecie, pielęgnacja stóp i paznokci, mycie włosów, kąpiel.
6. Czynności zapobiegające powikłaniom długotrwałego leżenia. Profilaktyka odleżyn.
7. Ćwiczenia chodu przeprowadzane w pozycji siedzącej, prawidłowy sposób prowadzenia chorego podczas chodzenia, ćwiczenia wzmacniające kończyny objęte niedowładem, pomoc choremu na wózku, chodzenie po schodach lub spacerowanie, gimnastyka.

[Możesz wybrać jeden z poniższych terminów szkolenia edukacyjnego:](#)

17 i 19 października 2023 r. w godzinach 17.00-19.30

24 i 26 października 2023 r. w godz. 11.00-13.30

14 i 16 listopada 2023 r. w godz. 17.00-19.30

21 i 23 listopada 2023 r. w godz. 11.00-13.30

28 i 30 listopada 2023 r. w godz. 17.00-19.30

Porady w Punkcie Informacyjnym i szkolenia edukacyjne są bezpłatne. Odbywają się w Domu „Hospicjum im. św. Łazarza”, ul. Fatimska 17 w Krakowie



[Informacje i przyjmowanie zgłoszeń na szkolenia:](#)

poniedziałek – piątek godz. 9:00-14:00 tel. 12 641-46-58

Zapraszamy - Pracownicy i Wolontariusze Hospicjum św. Łazarza

Towarzystwo Przyjaciół Chorych „Hospicjum im. św. Łazarza”, które od 40 lat prowadzi opiekę medyczną, pielęgnacyjną, duchową i socjalną nad osobami ciężko chorymi, posiada doświadczenia w edukacji i wspieraniu osób zajmujących się chorymi.