**PŘEDNÁŠKY PRO PEČUJÍCÍ**

V budově Sociálních služeb Lanškroun se v roce 2023 plánují konat zajímavá setkání pro veřejnost, převážně pro lidi, kteří se doma starají o své blízké. Uvědomujeme si, že péče o dlouhodobě nemocné či seniory je velmi náročná a že mnohdy je do toho pečující „vhozen“ bez přípravy a bez pomoci.

Proto jsme se rozhodli, že několikrát do roka proběhnou krátká setkání s radami, přednáškami, praktickými ukázkami, popovídáním a vzájemným předáním zkušeností.

První setkání proběhlo již v březnu v kulturní místnosti Sociálních služeb Lanškroun, kde se sešli lidé, kteří společně trénovali paměť a zkoušeli různé deskové hry. Další setkání je naplánované na květen, kdy přijde paní Zuzana Svobodová ze společnosti Audiohelp, která nás seznámí se svojí činností, řekne nám, jak postupovat, když zaznamenáme problémy se sluchem a jak se dále o svůj sluch, naslouchátka či jiné přístroje starat. V červenci se setkání zaměří na stravování seniorů. Nutriční terapeutka vám poradí ohledně výběru, úpravy a podání stravy a představí vám současné trendy a pomůcky určené ke stravování. V září si pohovoříme o tom, jaké existují typy inkontinentních pomůcek, podle čeho je máme vybírat a jak je správně používat u ležících osob. Poslední setkání v roce 2023 zmíníme téma kompenzačních pomůcek, které slouží k chůzi, k hygieně a k polohování v lůžku s praktickou ukázkou.

Přesné datum a čas setkání bude vždy zveřejněno na pozvánkách na našich webových stránkách [www.soslla.cz](http://www.soslla.cz) nebo na našem FB profilu. Těšíme se a doufáme, že setkání s námi přinesou radu, pomoc, porozumění a pocit, že v tom nejste sami…