

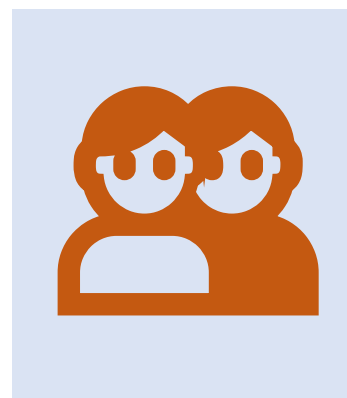


PODPORA OD PEER KONZULTANTŮ V DOBRODUŠI

Peer konzultanti jsou lidé, kteří sami zápasili s duševním onemocněním a vším, co k tomu patří. Získali náhled na to, co se s nimi děje a objevili způsob, jak příznakům nemoci nepodlehout, ale naučit se s nimi žít. Mají sílu a chuť podpořit svými zkušenostmi také ostatní lidi na cestě zotavení ze svého onemocnění. Peer konzultanti jsou součástí týmu služby Následná péče Dobroduš.

Co mi může peer konzultant nabídnout?

- **Naději** na zotavení
- **Inspiraci**, jak se s životními situacemi, které ovlivňují onemocnění, vypořádával on sám
- **Zkušenosti**, jak zvládat některé vypjaté situace, spojené s duševním onemocněním
- **Porozumění** psychickým stavům, které nemoc může přinášet, včetně vlivů medikace
- **Sdílení** osobních přístupů, například co dělá proto, aby mu bylo dobře, kde čerpá životní energii a podobně...
- Inspiraci při hledání cesty jak změnit svůj životní styl



Jak s Vámi mohou peer konzultanti spolupracovat?

- Peer konzultanti pracují především formou individuálních motivačních a podpůrných rozhovorů.
- Mohou s Vámi být v kontaktu osobně, telefonicky i pomocí e-mailu.
- Schůzky mohou probíhat v prostorách Dobroduše, ale i v terénu. V případě hospitalizace za Vámi může peer konzultant zajít i do nemocnice. Lze domluvit také setkání u Vás doma.
- Peer konzultanty můžete také potkávat na skupinových aktivitách Dobroduše, například v rámci Klubu líných turistů nebo na podpůrných skupinách.
- Mohou Vás podpořit při komunikaci s dalšími službami a institucemi. Může se jednat například o doprovod k lékaři, na úřad, na poštu, prostě tam, kde se necítíte moc jistě.

Pokud máte o spolupráci zájem, požádejte svého klíčového pracovníka v Dobroduši. Probere s Vámi aktuální možnosti a postup při navázání spolupráce s peer konzultantem. **Spolupráce je nabízena pouze stávajícím klientům Služby následná péče Dobroduš.** Pro bližší informace o práci peer konzultantů v Dobroduši se můžete obrátit také přímo na ně, prostřednictvím níže uvedených kontaktů.

Kontakt a pracovní doba Peer konzultantů v Dobroduši:

Tereza Virtová: středa a čtvrtek 14:00 – 18:00 h

Email: virtova.skp@diakonie.cz, tel. 730 852 870

Filip Wellemín: pondělí a úterý 8:00 - 14:00 h

Email: wellemin.skp@diakonie.cz, tel. 730 852 869