

## MODRÉ DVEŘE NABÍZÍ NEJEN POMOCNOU RUKU

Terapeutické centrum Modré dveře v Kostelci nad Černými lesy nabízí zdarma pro širokou veřejnost krizovou pomoc a pro mentálně postižené a duševně nemocné sociální rehabilitaci a sociálně aktivizační služby. Otevřeno je však i daleko širšímu okruhu činností.

V budově centra vedle sociálních služeb a psychoterapie probíhá i řada volnočasových aktivit, na kterých se děti i dospělí učí malovat, pracovat s hlínou, mohou se přiučit netradičním technikám práce s textilem, papírem a dalšími materiály, ale vyučují se tu i cizí jazyky, probíhají kurzy jógy...

Pro centrum je velmi důležité, aby jej navštěvovalo co nejvíce lidí a klienti navštěvující sociální služby tak nebyli zavřeni za vysokou zdí a těžkými vraty, ale měli možnost se tu potkávat s širokou veřejností. Na internetových stránkách centra je výčet všech nabízených služeb a volnočasových aktivit. Tím však nabídka centra nekončí. Stálý program obohacují sezónní jednorázové akce.

Např. ve středu 27.3. 2013 proběhnou od 10 hodin na zahradě Modrých dveří „POMLÁZKOHŘÁTKY“, ve kterých si budou moci děti i dospělí uplést svoji pomlázku nebo vyrobit nějakou milou velikonoční výzdobu.

13.3. od 10:00 proběhne seminář FLEXIBILNÍ VZDĚLÁVÁNÍ PRO ŽENY V AKTIVNÍ FÁZI RODIČOVSTVÍ. Jeho cílem je najít způsob, jak využít času prožitého na rodičovské dovolené ve svůj prospěch a přitom zůstat mámou se vším všudy. Beseda odpoví např. na otázku „Co všechno mohu získat na rodičovské dovolené pro můj profesní život a přitom být dobrou mámou či tátou?“ Účastníci se spolu s lektorem budou zabývat osobním potenciálem i tím, jak hovořit se zaměstnavateli. Seminář je vhodný pro rodiče malých dětí i pro ty, kteří se jimi v budoucnu stanou či pečují o dalšího člena rodiny na úkor svého zaměstnání. Veden je lektorkou PhDr. Ing. Marií Ujezdskou, ředitelkou Národního centra pro rodinu.

Centrum také nabízí podpurná a vzdělávací setkání, jejichž témata se odvíjejí od problémů, s nimiž se na jeho pracovníky občané obracejí.

Příkladem je PSYCHOTERAPEUTICKÁ SKUPINA pro lidi zatížené péčí o někoho blízkého. Na psychology centra se totiž začali obracet lidé se zkušeností péče o bezmocného seniora, těžce nemocné dítě či dospělého nebo jinou blízkou osobu, která trpí duševním onemocněním, mentálním postižením či jiným handicapem. Mnohdy se svěřují psychologovi slovy „Chtěl bych se starat, ale už na tu péči nějak nemám sílu...“ Často čelí únavě a stereotypu, ambivalentními pocity vůči blízkému, o nějž pečují, řeší otázky sladování péče a osobního či pracovního života. Proto se psychologové centra rozhodli otevřít skupinu, kde se mohou lidé pečující o blízkého setkat, sdílet svoje zkušenosti a poskytnout si podporu. Informace o možnosti zúčastnit se tohoto setkávání získáte na tel. 725 840 840. Dalším specifickým programem je PŘEDPORODNÍ PŘÍPRAVA a RODIČOVSKÁ PORADNA, která je určena pro ženy se zkušeností duševního onemocnění či duševními obtížemi. Probíhá individuální, případně párovou formou. Poradna odpoví na dotazy ohledně těhotenství, porodu a poporodního období s důrazem na psychologickou problematiku těchto období a řešení nejistot, které jsou s nimi spojeny. Rodičovská poradna poskytne podporu v případě nejistot a potíží s výchovou a péčí o dítě.

Terapeutické centrum Modré dveře je zkrátka místem, kde lidé najdou unikátně nabízenou pomoc, ale také mohou načerpat energii skrz své tvořivé já nebo prostě jen relaxovat.

Více informací na [www.modredvere.cz](http://www.modredvere.cz)

Mgr. František Knop  
projektový manažer  
725 833 833