„Blisko opieki” – przewodnik w codziennej opiece nad seniorem

2026-02-23

Opieka nad bliską osobą starszą to misja pełna miłości, ale też wyzwań, które często pojawiają się niespodziewanie. Większość opiekunów nieformalnych podejmuje się tego zadania bez specjalistycznego przygotowania, kierując się odruchem serca. Z myślą o ich potrzebach przygotowano publikację „Blisko opieki”. To kompendium wiedzy stworzone przez specjalistów, które pomoże lepiej zrozumieć proces starzenia się i zapewnić podopiecznym bezpieczną oraz empatyczną codzienność.

W publikacji zebrano najważniejsze zagadnienia poruszane podczas wykładów eksperckich prowadzonych przez Fundację Bona-Med ad Senior, w tym:

- Zrozumienie potrzeb seniora: Jak patrzeć na świat oczami osoby starszej?
- Choroby wieku podeszłego: Praktyczne wskazówki dotyczące najczęstszych schorzeń.
- Zasady właściwej opieki: Jak dbać o komfort i bezpieczeństwo w domu.
- Empatia w praktyce: Jak budować relację opartą na zrozumieniu i cierpliwości.

Jak otrzymać broszurę?

Publikacja jest dostępna bezpłatnie w dwóch formach:

- Wersja papierowa: Do odbioru osobistego w recepcji przy ul. Dożynkowej 4.
- Wersja elektroniczna: Możesz pobrać plik PDF na stronie **dzielnica8.krakow.pl**