

# Pečujete o své blízké a potřebujete poradit?

- Hledáte kontakt na pečovatelku, asistenta nebo ošetřovatelku?
- Pečujete o seniora nebo o dítě s postižením a připadáte si vyčerpaní a osamocení?
- Nevíte, jak vše zorganizovat, aby mohl váš blízký zůstat ve svém domácím prostředí?

➤ **Kontaktujte poradkyně pro pečující v Praze:**

730 195 061, [zdenka.hlavnickova@pecujdoma.cz](mailto:zdenka.hlavnickova@pecujdoma.cz)

734 682 249, [renata.dohnalova@pecujdoma.cz](mailto:renata.dohnalova@pecujdoma.cz)

nebo

- **Můžete využít naši bezplatnou poradenskou linku pro pečující:  
800 915 915 každý den od 9 do 20 hodin**

nebo

- **Přihlaste se na některý z našich online kurzů nebo podpůrných skupin.  
Informace najdete na našich webových stránkách.**

[www.pecujdoma.cz](http://www.pecujdoma.cz)