



PEER MENTORING



Poranění míchy
znamená velkou
životní změnu

Nejste na to sami

Potkejte se
s peerem

➤ **Peer mentor** - je muž nebo žena s poraněním míchy. Žije na vozíku delší čas a žije naplno. Chápe, jak těžkou životní situaci poranění míchy přináší. Rozumí vašim nadějím i obavám.

peer mentor

vás vyslechně

podpoří

a povzbudí

předá praktické

rady

podělí se

o zkušenosti

bude s vámi, jak

dlouho budete

potřebovat

přijede za vámi

domů nebo kam

bude potřeba

zprostředkuje

pomoc odborníků



Nové uživatele vozíku

provází peer obdobím návratu do běžného života, k rodině, přátelům, do zaměstnání a do školy, ke sportu a dalším zájmům.



Pomáhá rodinám a přátelům nových vozičkářů

vyrovnat se s postižením blízkého člověka a nalézt cestu, jak mu poskytnout nejvhodnější podporu.

S čím může peer mentor pomoci

- se soběstačností v běžných denních činnostech
- s výběrem kompenzačních pomůcek
- s prevencí i řešením zdravotních komplikací
- s bezbariérovými úpravami
- s orientací v příspěvcích a dávkách pro osoby se zdravotním postižením
- s přehledem o možnostech nadačních příspěvků a o dalších finančních zdrojích
- s výběrem lékařské a rehabilitační péče v regionu
- s vyhledáním asistenčních, pečovatelských, odlehčovacích a dalších podpůrných služeb v regionu
- s návratem do zaměstnání a ke vzdělávání
- s otázkami sexuality a reprodukce po poranění míchy
- s volnočasovými aktivitami a sportem
- s orientací v míře potřeby péče a asistence
- s osvojením technik péče a asistence
- s výběrem pomůcek k asistenci

Peer mentoři

prošli odborným výcvikem
a spolupracují se zkušenými odborníky
- spinální specialistkou, sociální
pracovnicí a psychologem.



**Pokud chcete mluvit
s peer mentorem,
kontaktujte
koordinátora
programu:**

Petra Černá

cerna@czepa.cz

tel: 776 680 444

Více informací na

www.czepa.cz





CZEPA

ČESKÁ ASOCIACE
PARAPLEGIKŮ

**Česká asociace paraplegiků
– CZEPA, z.s.**

Dygrýnova 816/8
198 00 Praha 14 – Černý most

tel: 775 980952
czepa@czepa.cz
www.czepa.cz



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost