

Pokud se vám e-mail nezobrazuje správně, [klikněte zde](#).

Poradenské noviny Sue Ryder

Milí přátelé,

přinášíme Vám nové vydání našich poradenských novinek, ve kterých Vás opět čeká několik zajímavých témat. Nejprve bychom rádi upozornili na aktualizovanou sekci Častých dotazů na našem webu, která Vám lépe nastíní odpovědi na nejčastější otázky z oblasti poradenství. Dále jsme pro Vás připravili článek a materiál ke stažení na téma dědictví, který Vám pomůže lépe se zorientovat v této problematice.

V rozhovoru s naší psycholožkou Lucií Simonovou se dozvíte, jak si zachovat duševní svěžest a předejít úbytku paměti a dalších kognitivních funkcí. Nakonec sdílíme inspirativní článek z informačního magazínu Moje stáří - Péče o nohy ve stáří. Tipy na to, jak si uchovat pohodlí a zdraví.

Pokud máte návrhy na témata, která by Vás zajímala nebo byste v našem newsletteru rádi viděli, budeme moc rádi, když nám je pošlete. Vaše zpětná vazba je pro nás důležitá a pomáhá nám vytvářet obsah, který Vám přináší skutečnou hodnotu.

S přáním klidných podzimních dnů,
za tým Nezatřít se ve stáří,

Lenka Josková

Časté dotazy

Na našem webu jsme pro Vás aktualizovali [sekci Častých dotazů](#). Nyní zde najdete rozšířené odpovědi na nejčastější otázky, které se nám v rámci poradenství často opakují. Doufáme, že Vám otázky a odpovědi pomohou lépe se zorientovat v naší nabídce a službách, a že Vám sekce usnadní hledání informací a přispěje k rychlejšímu vyřešení Vašich dotazů.



"Luštění křížovek nestačí," říká psycholožka Lucie Simonová

V časopise Vital organizace Elpida najdete zajímavý rozhovor s naší psycholožkou Lucií Simonovou, která od roku 2017 pomáhá klientům a jejich blízkým v Domově Sue Ryder. Přináší v něm inspirativní pohled na to, jak si zachovat duševní svěžest a předejít úbytku paměti a dalších kognitivních funkcí. [Přečtěte si rozhovor zde.](#)



Řešíte dědictví? Podívejte se, jak fungují dědické třídy v praxi

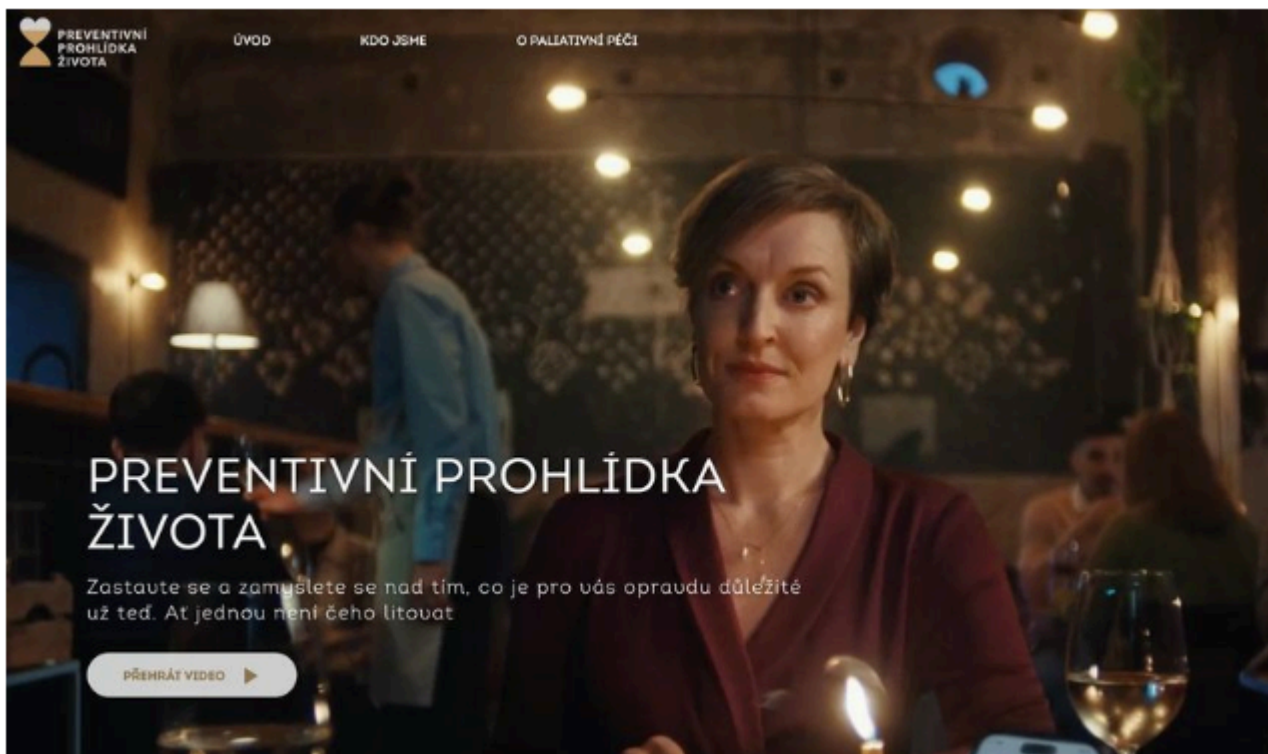
Dědické třídy určují zákonné podíly, které jsou důležité zejména pro určení podílu nepominutelného dědice. Připravili jsme pro Vás [příklady ze života a také shrnutí ke stažení](#).

Potřebujete-li poradit, neváhejte se nám ozvat prostřednictvím [formuláře](#) nebo e-mailu: poradenstvi@sue-ryder.cz, případně telefonicky na naši linku, a to každé úterý od 8:30-11:30 nebo středu mezi 15:00-18:00 na číslo 777 718 465.



Magazín Moje stáří: Péče o nohy ve stáří. Zachování pohodlí a zdraví

Nohy jsou jednou z nejdůležitějších částí našeho těla, a to zvláště ve stáří. Bohužel, často je na péči o ně kladen menší důraz, což může vést k různým problémům. Nicméně, správná péče a pozornost mohou zajistit, že naše nohy zůstanou zdravé a plné vitality i v pokročilém věku. [Přečtěte si několik jednoduchých tipů, jak o své nohy pečovat.](#)



Udělejte si Preventivní prohlídku života

Koho chcete znovu vidět? Existuje ve Vašem životě někdo, s kým si potřebujete něco říci? Kam se chcete znovu podívat? Jaké přání Vám můžeme splnit? To jsou otázky, na které se ptáme klientů Sue Ryder, kteří jsou v závěrečné etapě života.

Na podobné otázky se nás všech teď ptá kampaň Preventivní prohlídka života. Přináší pár zdánlivě jednoduchých námětů k zamyšlení, díky kterým se můžeme ujistit, že žijeme tak, abychom jednou pokojně zemřeli. Je to také příležitost změnit věci, které nás třeba trápí.

Uvařte si čaj, v klidu se posadte, klikněte a udělejte si [Preventivní prohlídku života](#).

Za touto výzvou stojí naše spřízněná organizace Centrum paliativní péče. Sue Ryder je jedním z partnerů kampaně.

P.S.: Sue Ryder radí a pomáhá seniorům a jejich blízkým díky podpoře dárců. Máte-li chuť a možnost se k nám přidat i Vy, můžete poslat pomoc na účet 44994422/0800 pod variabilním symbolem %variable%, darovat na www.darekprosueryder.cz nebo použít tento QR kód ve svém internetovém bankovníctví.

%qrkdlenakampan%

Děkujeme Vám.



[Zde](#) se můžete odhlásit z naší rozesílky.