STAŇTE SE AMBASADOREM DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ!

Hledáme inspirativní lidi, kteří jsou ochotní sdílet svůj příběh – aby druzí věděli, že na své cestě nejsou sami. Vaše zkušenost může pomoci těm, kteří právě hledají naději ve své náročné životní situaci.

Prošli jste obdobím zhoršeného duševního zdraví, pečovali o blízkého se závažným duševním onemocněním či demencí, nebo jste se vyrovnávali s psychickými změnami v souvislosti s porodem?

CO OD VÁS OČEKÁVÁME?

- **Ochotu sdílet svůj příběh** a inspirovat ostatní.
- **Schopnost komunikovat s lidmi** – naslouchat, předávat své zkušenosti a být otevření.
- **Nestydět se mluvit** před skupinou lidí.
- **Chuť učit se novým věcem** a rozvíjet se v oblasti duševního zdraví.
- **Základní dovednosti práce na PC** (například e-mail, videohovory, Google disk apod.).
- **Řidičské oprávnění a vlastní auto výhodou.**

JAKO AMBASADOR DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ BUDETE MÍT MOŽNOST

- Přinášet naději těm, kteří teprve hledají cestu ke zdraví a rovnováze.
- Být součástí týmu lidí, kteří věří, že otevřený rozhovor může měnit životy.
- Podílet se na tvorbě aktivit, kde lidé mohou sdílet své zkušenosti a vzájemně se inspirovat.

Vaše zkušenost má sílu pomáhat – stačí ji sdílet.

HARMONOGRAM SPOLUPRÁCE

Březen – červen 2025
výběr ambasadorů

Červenec – prosinec 2025
vytvoření týmu ambasadorů a jejich vzdělávání

Leden – červen 2026
společná práce na tvoření programů a aktivit, jejich pilotáž

Červenec – prosinec 2026
propagace týmu ambasadorů a jejich programů

JAK SE PŘIHLÁSIT?

Pokud vás tato příležitost oslovila, zašlete nám:

- **Strukturovaný životopis**
- **Krátký motivační dopis**, ve kterém odpovíte na dvě otázky:
  1. Co vám v období obtížné životní situaci (zhoršeného duševního zdraví, péče o blízkého se závažným duševním onemocněním či demencí, nebo jste se vyrovnávali s psychickými změnami v souvislosti s porodem) pomáhalo a co ne.
  2. Jak jste tuto zkušenost využili k osobnímu růstu nebo k podpoře druhých?

Více informací získáte na tel. **605 128 091** nebo na **www.krajprorodinu.cz/dusevni-zdravi/ambasador**

Vaše přihlášky posílejte na:
leona.hovorkova@pardubickykraj.cz

Uzávěrka přihlášek: 30. 4. 2025

Osobní pohovory budou probíhat ve městech:
Pardubice, Chrudim, Ústí nad Orlicí a Svitavy v průběhu května/června 2025.

Těšíme se na vaše příběhy

...mohou se stát inspirací pro mnohé další.