

Opatření KOROVAVIRUS:

Provoz kliniky znovu zahájíme 25.5.2020. Na snížení epidemického rizika bude program upraven a zkrácen do 12,00hod.

Na léčbu se předem objednávejte na tel. 731081522 nebo 603477357.

Adresa: Soběšovice 273..

Telefon: 604 288 940, 603 477 357

Mail: dobrapsychiatrie@seznam.cz

Ordinační hodiny: V pracovní dny 8,00-14,00hod.,

Zde pracují: MUDr. Monika Weimerová

Zdravotní sestry: Bc. Gabriela Bednářová, Lucie Halamová

Psychoterapeutičtí asistenti: Libor Weimer

{phocagallery view=category|categoryid=5|limitstart=0|limitcount=0}

MUDr. Monika Weimerová - je mi 54 let, pocházím z Bratislavy /SK/. Vystudovala jsem všeobecné lékařství na Lékařské fakultě v Praze a v Bratislavě. Po promoci jsem se specializovala na psychiatrii a psychoterapii. Praxi mám z Psychiatrické kliniky IPVZ v Bratislavě, z Psychiatrického a psychoterapeutického odd /dnes klinika/ Nemocnice Trenčín, a z Psychiatrické kliniky v Olomouci. Mám atestace I. a II. St. z psychiatrie a také funkční specializaci v psychoterapii. Z psychoterapií mám dlouhodobý výcvik v skupinové psychoanalytické psychoterapii, v Gestalt psychoterapii, v relaxačních technikách – autogenní trénink a Jacobsonova progresivní relaxace, v kognitivně behaviorální psychoterapii depresí, stresových poruch, fobií, obsedantně-kompulzivní poruchy, v holotropním dýchání. Poslední roky se zabývám i alternativní medicínou - bylinkářstvím. Absolvovala jsem kurz u Mgr. Podhorné a mám poradnu

Na léčení psychických poruch - tj. problémů se kterými nás navštěvujete - nejsou dobré jenom léky. Samozřejmě většinou upraví hladinu neurotransmiterů v mozku, poměrně rychlelepší naše prožívání a cítíme se zase "normálně". Aby se zdraví udrželo co nejdéle, abychom mohli vyléčit i stavy, které k depresi stresu nebo psychóze vedly, nebo abychom mohli zlepšit celkově náš duševní život, je nutné se tomuto duševnu více pověnovat.

Dát naší duši čas, podívat se na ni, co jí chybí, čím ji roky vyčerpáváme, kde ji opotřebováváme nad její kapacitu, kde nám ji opotřebovávají druzí....Podobně jako u auta, domu, zubů ...nemůžeme duši jenom užívat, chce to údržbu...

A na to máme psychoterapeutické programy na Denní klinice.

V denním dopoledním programu máme psychoterapeutický program pro dvě skupiny pacientů.

Skupina A

antistres je pro pacienty trpící depresí, stresovou poruchou, posttraumatickou poruchou nebo psychosomatickou poruchou. Program je intenzivněji zaměřen na práci na sobě. Obsahuje denně komunitu, dvakrát denně relaxaci – autogenní trénink, jednou denně skupinovou psychoterapii, fyzickou aktivitu přizpůsobenou počasí a podmínkám a pracovní terapii – ruční tvorba něčeho hezkého a užitečného. Terapie v tomto programu hradí zdravotní pojišťovny

Skupina Z

pro ŽIVOT je pro pacienty trpící psychózou –schizofrenií, schizoafektivní poruchou, poruchou s bludy bipolární afektivní poruchou nebo těžkou depresí. Program je intenzivnější v oblasti rehabilitace, resocializace, protistresovém fungování a zapojování dále do života. Také nemocpoznávající. Obsahuje denně komunitu, dvakrát denně relaxaci –Jacobsonovu progresivní relaxaci, denně intenzivní procházku – i na získání lepší kondice, denně pracovní terapii – na získání lepších ručních dovedností, jednou týdně resocializaci – na obnovení kontaktu s dnešním životním tempem a s lidmi, 3x týdně skupinu zaměřenou na osobní problémy pacientů, na problémy související s nemocí a jejími zásahy do života a na techniky, jak si pomoci s úzkostí a stresem. Terapie v tomto programu hradí zdravotní pojišťovny.

Léčbu na Denní klinice hradí zdravotní pojišťovny.

Denní klinika je v Soběšovicích v nádherném prostředí Žermanické přehrady.

Adresa: Soběšovice 273 - od Obecního úradu kolmo dolů poslední areál na pravé straně. Autem přes hráz přehrady, potom podél přehrady asi 1,5km areál se zahradou nad budovou SMVaK. Na zahradě ve výběhu dva oslíci. Pokud budete bloudit, volejte 603477357 nebo 604288940.

Na pobyt na Denní klinice Vás doporučí Váš psychiatr. Domluví s Vámi také možnosti dopravy, pokud nejste schopni se dopravovat vlastním autem.

Naše heslo:

Aby duše byla zase DUŠÍ a život byl znovu ŽIVOTEM.

S přáním úspěchu a všeho dobrého

terapeutický rozvrh A:

Sk. A

Pondělí

8,00-8,30: komunita

8,30-10,00: skupina

10,00-10,30: přestávka

10,30-11,30: pohybová aktivita – procházka

11,30-12,30: přestávka – oběd

12,30-13,00: společenské hry

13,00-13,15: relaxace

13,30: konec, odjezd

Úterý

8,00-8,30: komunita

8,30-8,45: relaxace

8,45-9,15: přestávka

9,30-11,00: skupina

11,00-12,30. Vaření, oběd

12,30-13,00: pohyb, procházka

13,00-13,15: relaxace

13,30: konec, odjezd

Středa:

8,00-8,30: komunita

8,30-8,45: relaxace

8,45-9,15: vizity, přestávka

9,15-10,45: skupina

10,45-11,00: přestávka

11,00-12,00: pohybové aktivity, procházka

12,00-13,00: přestávka, oběd

13,00-13,15: relaxace

13,30: konec, odjezd

Čtvrtek:

8,00-8,30: komunita

8,30-8,45: relaxace

8,45-9,00: přestávka

9,00-10,00: skupina – kognitivně-behaviorální terapie depresí

10,00-12,30: ruční tvořivá aktivita, vaření, oběd

12,30-13,00: přestávka, individuální procházka

13,00-13,15: relaxace

13,30: konec, odjezd

Pátek:

8,00 – 8,30: komunita

8,30-8,45: relaxace

8,45-9,00: přestávka

9,00-10,30: skupina

10,30-11,30: pohybové aktivity, procházka

11,30-12,00: oběd

12,00-12,15: relaxace

12,30: konec, odjezd

Terapeutický rozvrh Z: Sk. Z

Pondělí

8,00-8,30: komunita

8,30-8,45: přestávka

8,45-9,00: relaxace

9,00-10,00: rozehřívací společenské hry

10,00-11,00: skupina

11,00-12,00: pohyb, procházka

12,00-13,15: přestávka, oběd

13,15-13,30: relaxace

13,30: konec, odjezd

Úterý:

8,00-8,30: komunita

8,30-8,45: přestávka

8,45-9,00: relaxace

9,00-9,15: přestávka

9,15-10,30: skupina- kognitivní trénink

10,30-12,30: vaření, oběd

12,30-13,00: pohyb, procházka

13,15-13,30: relaxace

13,30: konec, odjezd

Středa:

8,00-8,30: komunita

8,30-9,00: vizity, přestávka

9,00-9,15: relaxace

9,15-10,45: pohyb, procházka

10,45-11,45: skupina

11,45-12,45: přestávka, oběd

12,45-13,15: spol. hry

13,15-13,30: konec, odjezd

Čtvrtek:

8,00-8,30: komunita

8,30-8,45: přestávka

8,45-9,00: relaxace

9,00-10,00: skupina, kognitivně-behaviorální terapie

10,00-12,30. Ruční tvořivá aktivita, vaření, oběd

12,30-13,00: přestávka, individ. procházka

13,15-13,30: relaxace

13,30: konec, odjezd

Pátek:

8,00-8,30: komunita

8,30-8,45: přestávka

8,45-9,00: relaxace

9,00-9,15: přestávka

9,15-12,15: skupina - resocializace

