



pomáháme žít
život s rakovinou

Centrum Amelie Liberec

Program – listopad 2024

Pravidelné bezplatné aktivity pro onkologicky nemocné a jejich blízké:

INDIVIDUÁLNÍ:

Sociální poradenství-Centrum Amelie

- **středa • 8:00 - 12:00**

Pomoc při řešení problémů ve zdravotně-sociální oblasti.

Objednání na telefonu 776 671 225 či emailu: socialni.liberec@amelie-zs.cz

Výživové poradenství

- **distančně – po telefonu a mailu**

Pomoc při řešení problémů s výživou a nastavením správného jídelníčku.

Objednání na telefonu 608 458 277

Konzultace s psychologem

Telefonicky, on-line, dle dohody.

Relaxace– online

- **každé pondělí • 11.30–12.30** www.amelie-zs.cz/relaxaceinfo

Online setkávání – podpůrná online skupina

- **každé liché pondělí 16:30 - 17:30**

www.amelie-zs.cz/online-setkavani-podpurna-online-skupina

PROdýchej – online skupina pro plicně nemocné

- **každé sudé pondělí • 16.30 - 17.30**

www.amelie-zs.cz/prodychej-online-skupina-pro-plicne-nemocne

Vracím se do práce – online skupina

- **každé 2. sudé úterý • 9.00 – 10.30**

Více na www.amelie-zs.cz/vracim-se-do-prace-online

SKUPINOVÉ:

Eva Cendors - recitál

- **úterý 5.11., od 20.00 hodin**

Sejdeme se v kavárně Organza v Barvířské ulici a poslechneme si zpěv a hru na kytaru. Přijďte v půl osmé, abychom měly místa. Vstupné dobrovolné.

Tvoření – lampičky - Centrum Amélie

- **středa 6.11., 14.00 - 16.00**

Tentokrát si vytvoříme lampičky metodou decoupage. S sebou zavařovací sklenice velikosti jakou lampičku chcete vy. Na aktivitu je nutné přihlášení předem.

Přihlášení na tel. 608 458 277 nebo e mail: liberec@amelie-zs.cz

Hrátky (nejen) s pamětí – Centrum Amelie

- **středa 13.11., 15.00 – 16.00 hodin**

Jak zlepšit paměť, pozornost, představivost a zapojit techniky do běžného života.

Přihlášení na tel. 608 458 277 nebo e mail: liberec@amelie-zs.cz

Tvoření – Vánoční závěs - Centrum Amélie

- **středa 27.11., 14.00 - 16.00**

Vytvoříme si vánoční závěs, který nám bude dělat radost v adventním čase. Na aktivitu je nutné přihlášení předem.
Přihlášení na tel. 608 458 277 nebo e mail: liberec@amelie-zs.cz

Jóga

- **čtvrtek 14. a 28.11 od 16.15 – 17.15, Oblačná 450, D.R.A.K**

Pravidelná jóga s Katkou Kořínkovou. Těšíme se na Vás.

Přihlášení na tel. 608 458 277 nebo e mail: liberec@amelie-zs.cz

Solná jeskyně

- **pátek 8. a 22.11. od 14.00 – 14.50, Solná jeskyně**

Další návštěva v solné jesyni pana Kaniaka na Husově ulici. Pojdme si společně užít její účinky.

Přihlášení na tel. 608 458 277 nebo e mail: liberec@amelie-zs.cz

Kavárna bez konceptu

- **pátek 8. a 22.11 od 15.00 – ?**

Posezení jen tak. Dáme si opět něco dobrého u užijeme si posezení.

Přihlášení na tel. 608 458 277 nebo e mail: liberec@amelie-zs.cz

On - line:

Listopad je měsícem rakoviny mužských pohlavních orgánů. K tomuto tématu jsme pro vás připravili dvě on – line přednášky

Připojte se na: www.amelie-zs.cz/prednaska.cz

Přednáška: Sexualita v době nemoci (online)

19.11. 2024 od 18:00 do 19:00

Téma partnerských vztahů nás provází celý život a v době nemoci je toto téma ještě více důležité. S psycholožkou Mgr.Ivou Vaňkovou se budeme zabývat tématem, které je pro někoho tabu, ale stále patří do života – tématem sexuality v nemoci

Přednáška: Rakovina mužských pohlavních orgánů – život s ní (on – line)

7. 11. od 18.00 do 19.00

On-line sdílení pana Pavla, kterému toto onemocnění do života vstoupilo

Pan Pavel bude mluvit o svém onemocnění a následné léčbě a je připraven také odpovídat na Vaše dotazy
Bezplatné, pro všechny, koho téma zájem.

Objednávání a více informací na tel. **608 458 277** nebo na e-mailu liberec@amelie-zs.cz Amelie, z.s. •

Krajská nemocnice Liberec, Husova 10 • budova U, 1. patro, vchod z ulice Jablonecká 14 • 460 03 Liberec

www.amelie-zs.cz www.facebook.com/amelie.zs



nadace
PRECIOSA

