



pomáháme žít život s rakovinou

program

11.2024

Centrum Amelie Olomouc

Po, út 4.19.11 15.30–16.30	ONKO JÓGA Jógová cvičení a nácvik relaxačních a dechových technik pro běžný život. <i>přihlaste se do 3.18. 11. na olomouc@amelie-zs.cz</i>
út 5.11. 16.30–18.00	ARTETERAPIE Pomocí vlastního výtvarného projevu se s lektorkou podíváme jinak na různá životní témata i na sebe samé. <i>přihlaste se do 4. 11. na olomouc@amelie-zs.cz</i>
st 13. 11. 16.30–18.00	MOZEK V KONDICI Pojďte si potrénovat mozek. Informace o fungování mozku, psychohygieně, cvičení prstů, rukou i celého těla,... <i>přihlaste se do 12. 11. na olomouc@amelie-zs.cz</i>
Út 19. 11. 15.30–16.30	ONKO JÓGA Jógová cvičení a nácvik relaxačních a dechových technik pro běžný život. <i>přihlaste se do 18. 11. na olomouc@amelie-zs.cz</i>
st 20. 11. 16.30–18.00	MUZIKOTERAPIE Relaxace a nový pohled na známé věci zprostředkovaný rytmy, melodiemi a hrou na rozličné nástroje. <i>přihlaste se do 19. 11. na olomouc@amelie-zs.cz</i>
Čt 28. 11. 16.30–18.00	ADVENTNÍ VĚNCOVÁNÍ Přijďte si vyrobit vánoční věneček. Můžete si ho odnést domů, nebo ho věnovat do FNOL.

Akce probíhají v Centru Amelie, Horní náměstí 367/5, Olomouc (1. patro).

Vítání jsou onkologicky nemocní i jejich blízcí. Vstup je zdarma.

Na akce je třeba přihlásit se 2 dny předem na e-mailu olomouc@amelie-zs.cz.

Podrobný program najdete na www.amelie-zs.cz/olomouc-akce.



pomáháme žít život s rakovinou

program

11. 2024

Centrum Amelie Olomouc

Po, út 4.19.11 15.30–16.30	ONKO JÓGA Jógová cvičení a nácvik relaxačních a dechových technik pro běžný život. <i>přihlaste se do 3.18. 11. na olomouc@amelie-zs.cz</i>
út 5.11. 16.30–18.00	ARTETERAPIE Pomocí vlastního výtvarného projevu se s lektorkou podíváme jinak na různá životní témata i na sebe samé. <i>přihlaste se do 4. 11. na olomouc@amelie-zs.cz</i>
st 13. 11. 16.30–18.00	MOZEK V KONDICI Pojďte si potrénovat mozek. Informace o fungování mozku, psychohygieně, cvičení prstů, rukou i celého těla,... <i>přihlaste se do 12. 11. na olomouc@amelie-zs.cz</i>
Út 19. 11. 15.30–16.30	ONKO JÓGA Jógová cvičení a nácvik relaxačních a dechových technik pro běžný život. <i>přihlaste se do 18. 11. na olomouc@amelie-zs.cz</i>
st 20. 11. 16.30–18.00	MUZIKOTERAPIE Relaxace a nový pohled na známé věci zprostředkovaný rytmy, melodiemi a hrou na rozličné nástroje. <i>přihlaste se do 19. 11. na olomouc@amelie-zs.cz</i>
Čt 28. 11. 16.30–18.00	ADVENTNÍ VĚNCOVÁNÍ Přijďte si vyrobit vánoční věneček. Můžete si ho odnést domů, nebo ho věnovat do FNOL.

Akce probíhají v Centru Amelie, Horní náměstí 367/5, Olomouc (1. patro).

Vítání jsou onkologicky nemocní i jejich blízcí. Vstup je zdarma.

Na akce je třeba přihlásit se 2 dny předem na e-mailu olomouc@amelie-zs.cz.

Podrobný program najdete na www.amelie-zs.cz/olomouc-akce.

ON-LINE PŘEDNÁŠKY V LISTOPADU

čt 7.11.
od 18.00h

RAKOVINA MUŽSKÝCH POHLAVNÍCH ORGÁNŮ

Pan Pavel bude mluvit o svém onemocnění a následné léčbě a je připraven také odpovídat na Vaše dotazy.

út 19.11.
od 18.00h

SEXUALITA V DOBĚ NEMOCI

Téma partnerských vztahů nás provází celý život a v době nemoci je toto téma ještě více důležité. S psycholožkou Mgr.Ivou Vaňkovou.

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

BEZPLATNÉ SLUŽBY AMELIE PRO ONKOLOGICKY NEMOCNÉ I JEJICH BLÍZKÉ

- psychologické konzultace • sociální poradenství • výživové poradenství
- on-line podpůrná skupina • poradenství k sexualitě v době nemoci
- PROdýchej (on-line skupina) • Vracím se do práce • relaxace on-line

*Informace a objednání na: olomouc@amelie-zs.cz
nebo tel. 739 005 123*



ON-LINE PŘEDNÁŠKY V LISTOPADU

čt 7.11.
od 18.00h

RAKOVINA MUŽSKÝCH POHLAVNÍCH ORGÁNŮ

Pan Pavel bude mluvit o svém onemocnění a následné léčbě a je připraven také odpovídat na Vaše dotazy.

út 19.11.
od 18.00h

SEXUALITA V DOBĚ NEMOCI

Téma partnerských vztahů nás provází celý život a v době nemoci je toto téma ještě více důležité. S psycholožkou Mgr.Ivou Vaňkovou.

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

BEZPLATNÉ SLUŽBY AMELIE PRO ONKOLOGICKY NEMOCNÉ I JEJICH BLÍZKÉ

- psychologické konzultace • sociální poradenství • výživové poradenství
- on-line podpůrná skupina • poradenství k sexualitě v době nemoci
- PROdýchej (on-line skupina) • Vracím se do práce • relaxace on-line

*Informace a objednání na: olomouc@amelie-zs.cz
nebo tel. 739 005 123*

