

Pravidelné aktivity pro onkologicky nemocné a jejich blízké:

Individuální konzultace

- každé pondělí • 9.30–12.00
- každé úterý • 10.00–12.00 a 15.30–17.00
- každou středu • 17.00–18.00
(po domluvě i po Skype.)

Sociální poradenství

- každé úterý • 15.30–17.00
(nebo po dohodě)

Rodinné/párové poradenství

- úterý • 16.00–18.00
(po domluvě 5.1. nebo 19.1.)

Koučink

Každý čtvrtek 9.00-12.00 (na objednání)

Trénink paměti

- **Středa 10.00-12.00** (začátek únor nebo březen)

Cvičení pilates

- každé úterý • 14.00–15.00

Relaxací proti stresu

- Každé pondělí 14.00-15.00

Základy tajči

- pokročilí každou středu • 14.00–15.00
- pro nové zájemce vždy liché týdny ve středu 15.30-16.30

Arteterapie

- každé pondělí • 15.00–16.30

Čajovna

- pondělí, středa • 13.00 –14.00

Vracím se do práce

- pondělí • 9.00 –12.00

Klub Amelie

Kdo si hraje nezlobí

- 13. 1. • 15.30 – 17.00

Společenskými hrami se lidstvo baví již několik tisíc let. Přijďte si zahrát společenskou hru Dixit - hravost přináší radost. Nenáročná forma relaxace a tvořivé imaginace.



tematické měsíce



Téma: Rakovina plic

- **Workshopy, přednášky**
Program bude upřesněn!



Objednávání na individuální konzultace, poradenství a trénink paměti na tel. 283 880 316, 739 001 123 nebo centrum.praha8@amelie-os.cz

Ostatní aktivity můžete navštívit bez objednání. Všechny aktivity Centra jsou zdarma.

Amelie, o.s. • Šaldova 15 (vchod z ul. Sokolovská) • Praha 8 – Karlín • www.amelie-os.cz

www.facebook.com/amelie.z.u.cz