



### Na co se v Centru Amelie Olomouc můžete těšit?

#### 6. listopadu

15.00 – 16.00

##### Individuální konzultace, rodinné/párové poradenství

- Po předchozím telefonickém objednání.

#### 16.00 – 16.30

##### Čajovna

- Slouží jako místo setkávání se s našimi pracovníky, v rámci kterého se lze dozvědět více o činnosti Amelie, objednat se na jednotlivé aktivity nebo poznat nové lidi s podobnými problémy. Není třeba předchozí objednání.

#### 16.30 – 18.00

##### Podpůrná skupina

- Sebezkušenostní otevřená skupina pro onkologicky nemocné a jejich blízké, kde se prostřednictvím vzájemného naslouchání a sdílení, lze dozvědět něco nového o sobě.

#### 7. listopadu

14.00 – 16.00

##### Individuální konzultace, rodinné/párové poradenství

- Po předchozím telefonickém objednání.

#### 9. – 10. listopadu

##### Školení dobrovolníků Amelie

#### 13. listopadu

15.00 – 16.00

##### Individuální konzultace, rodinné/párové poradenství

- Po předchozím telefonickém objednání.

#### 16.00 – 16.30

##### Čajovna

- Slouží jako místo setkávání se s našimi pracovníky, v rámci kterého se lze dozvědět více o činnosti Amelie, objednat se na jednotlivé aktivity nebo poznat nové lidi s podobnými problémy. Není třeba předchozí objednání.

#### 16.30 – 18.00

##### Hlavalamky, ledolamky a jiné lamky

- Prostřednictvím jednoduchých úkolů dochází k procvičení paměti, pozornosti a jiných poznávacích funkcí.

#### 14. listopadu

14.00 – 16.00

##### Individuální konzultace, rodinné/párové poradenství

- Po předchozím telefonickém objednání.



## psychosociální pomoc pro onkologicky nemocné a jejich blízké

### Na co se v Centru Amelie Olomouc můžete těšit?

**20. listopadu**

**15.00 – 16.00**

#### **Individuální konzultace, rodinné/párové poradenství**

- Po předchozím telefonickém objednání.

**16.30 – 18.00**

#### **Tematické měsíce – Co prožívají pacienti s karcinomem prsu?**

- Karcinom prsu je nejčastější onemocnění rakovinného typu u žen. Každá žena zažívá své onemocnění jedinečným způsobem, získané zkušenosti mohou pomoci i dalším nemocným. Zveme vás na přednášku Mgr. Kristýny Anny Černíkové, psycholožky a doktorandky ve výzkumu OUSHI, která vám představí projekt Hovoryozdravi.cz. Ten je zdrojem informací o zdravotních problémech pro nemocné, jejich blízké i odborníky.

**27. listopadu**

**15.00 – 16.00**

#### **Individuální konzultace, rodinné/párové poradenství**

- Po předchozím telefonickém objednání.

**16.00 – 16.30**

#### **Čajovna**

- Slouží jako místo setkávání se s našimi pracovníky, v rámci kterého se lze dozvědět více o činnosti Amelie, objednat se na jednotlivé aktivity nebo poznat nové lidi s podobnými problémy. Není třeba předchozího objednání.

**16.30 – 18.00**

#### **Dramaterapie**

- Jedná se o otevřenou skupinu. Prostřednictvím hry, dramatické scény a práci s příběhy dochází k pohledu na sebe sama i své okolí ze zcela jiného úhlu.

**28. listopadu**

**14.00 – 16.00**

#### **Individuální konzultace, rodinné/párové poradenství**

- Po předchozím telefonickém objednání.

Těšíme se na Vás!

## Popis aktivit programu pro onkologicky nemocné a jejich blízké:

### Individuální konzultace, rodinné/párové poradenství

Vede:

psychologické poradenství - Mgr. et Mgr. Marie

Pijáčková

sociální poradenství - Mgr. Tereza Kvapil Pokorná, DiS.

Objednat se může jak nemocný, tak jeho blízký každé pondělí od 15 do 16 hodin a každé úterý od 14 do 16 hodin.

### Podpůrná skupina

Vede: Mgr. Martin Kupka, Ph. D.

Sebezkušenostní otevřená skupina pro onkologicky nemocné a jejich blízké, kde se prostřednictvím vzájemného naslouchání a sdílení, lze dozvědět něco nového o sobě. Skupina se dle potřeb účastníků schází 1-2krát měsíčně.

### Čajovna

Slouží jako místo setkávání se s našimi pracovníky, v rámci kterého se lze dozvědět více o činnosti Amelie, objednat se na jednotlivé aktivity nebo poznat nové lidi s podobnými problémy.

### Pohybové a relaxační aktivity

Vede: Mgr. et Mgr. Marie Pijáčková

Jednoduchá pohybová či relaxační cvičení, která pomáhají přivést mysl a tělo do stavu harmonie fyzické a duševní oblasti.

### Arteterapie

Vede: Mgr. et Mgr. Marie Pijáčková

Jedná se o otevřenou skupinu. Prostřednictvím výtvarného projevu dochází k poznávání a ovlivňování psychiky, relaxaci, podpoře sebevyjádření, sebepoznání a osobnímu růstu.



### Hlavlomky, ledolamky a jiné lamky

Vede: Mgr. Tereza Kvapil Pokorná, DiS.

Jedná se o otevřenou skupinu. Prostřednictvím jednoduchých úkolů dochází k procvičení paměti, pozornosti a jiných poznávacích funkcí.

### Dramaterapie

Vede: Bc. Ivo Buček

Jedná se o otevřenou skupinu. Prostřednictvím hry, dramatické scény a práci s příběhy dochází k pohledu na sebe sama i své okolí ze zcela jiného úhlu.

### Výtvarná dílna

Vede: Ludmila Bednářová

Setkání s různými výtvarnými technikami, které jsou nenáročné a zároveň překvapí nápaditostí. Při tvoření také dochází k relaxaci a příjemnému strávení volného času.

**Objednávání na individuální konzultace a poradenství na tel.: (+420) 739 005 123 nebo [amelie.olomoucko@amelie-zs.cz](mailto:amelie.olomoucko@amelie-zs.cz)**

Ostatní aktivity lze navštívit bez objednání. Veškeré aktivity Centra Amelie Olomouc jsou bezplatné.

**Centrum Amelie Olomouc**

Horní náměstí 367/5

Olomouc 779 00

[www.amelie-zs.cz](http://www.amelie-zs.cz)