

newsletter Amelie

podzim 2017

Vážení a milí čtenáři našeho newsletteru!



Je tu podzim, pro Amelii doba plánování dalšího roku. Abychom mohli realizovat své služby a iniciativy, musíme na něj každý rok hledat finance. Podáváme okolo čtyřiceti grantů na ministerstva, kraje, města a nadace, což dá hodně práce. Jedním z našich finančních zdrojů je sbírka, kam přispívá anonymně spousta drobných i větších dárců. I díky nim Amelie poskytuje psychosociální pomoc v Centrech a na Lince Amelie zdarma a rozvíjí dobrovolnický program v nemocnicích. Naše poslání naplňují i vzdělávací a preventivní projekty jako Onkologicky nemocný v rodině pro žáky osmých tříd nebo odborná konference „I slova léčí III.“. Mimochodem, konference se blíží a pozvánku na ni najdete zde v newsletteru, stejně jako informaci o našich výjezdech za školáky. Velmi vám také doporučuji rozhovor s naší psycholožkou Aničkou Rubešovou. Přeji hezké čtení!

*Michal Blažka, finanční manažer
a člen vedení Amelie*



pomáháme žít život s rakovinou

Nemoc nám bere jistoty, ale něco nám za to může dát

Rozhovor s psycholožkou Amelie Annou Rubešovou

Těžká nemoc jako rakovina často rozmetá jistoty, na kterých jsme stavěli svůj život. Čeho se má člověk v takové situaci podržet?

Když je nám zle, jsme v nějaké akutní fázi, máme fyzické bolesti nebo upadneme do deprese, což onkologické onemocnění může způsobit, je těžké si udržet nadhled. Jsme najednou úplně obnažení a zranitelní, potřebujeme hlavně pocit bezpečí a že nás má někdo rád, že nás chápe. Je to úplně přirozené. Ve fázi, kdy je naše strádání tlumenější, můžeme ale přemýšlet a najít jiný pohled na situaci, který paniku a strach rozptýlí.



Můžeme třeba pochopit, že jistoty, kterých se v životě tak držíme, jsou jistoty jen zdánlivé. Ve skutečnosti je život z principu nejistý, ať už s nemocí nebo ve zdraví. Když si to uvědomíme, přestaneme si myslet, že se nám stalo něco nepochopitelného, co nás oddělilo od zbytku světa. Můžeme dokonce uvidět, že právě nejistota nám dává možnost náš život tvořit.

V nemoci se lidé stahují do sebe. Přitom nemocný člověk potřebuje druhé víc než jindy...

Když se někomu svěříme, často nám to oplátí a my vidíme, že i on má své bolesti a že naší bolesti rozumí. Uvidíme, že v tom nejsme sami, že druhí také prožívají své temnoty. Každý se někdy v životě propadá do hlubin. Není to za trest, prostě se to děje. Nemusíme druhé falešně chránit před svými starostmi, to vytváří napětí. Nemoc může přinést v rodině rozkol, ale je v ní i potenciál velkého sblížení, hlubokého kontaktu. A pokud nemocný nenachází ve svém okolí nikoho, s kým tuto blízkost navázat, může navštívit organizace jako Amelie a potkat lidi s podobnými zkušenostmi.

Co zmiňují lidé, kteří prošli těžkou nemocí, jako pozitivní? Často mluví o tom, že začali víc žít přítomností, danou chvílí, vychutnávat si běžné věci, které dřív považovali za samozřejmé. Najednou si víc všimají jakoby drobností, které tvoří kouzlo života. Zkrátka vidí to, co dříve neviděli.

Co zmiňují lidé, kteří prošli těžkou nemocí, jako pozitivní?

Často mluví o tom, že začali víc žít přítomností, danou chvílí, vychutnávat si běžné věci, které dřív považovali za samozřejmé. Najednou si víc všimají jakoby drobností, které tvoří kouzlo života. Zkrátka vidí to, co dříve neviděli.



K O N F E R E N C E

I slova léčí III.

MEZIOBOROVÁ SPOLUPRÁCE V PÉČI
O ONKOLOGICKY NEMOCNÉ A JEJICH BLÍZKÉ

21. LISTOPADU 2017 • PRAHA

Odborná rada: MUDr. Alexandra Aschermannová
Mgr. Darja Hrabánková Navrátilová
MUDr. ThLic. Jaromír Matějka, Ph.D., Th.D.
PhDr. Marie Nosálková Marečková, Ph.D.
Mgr. Šárka Slavíková

PODPORA



AeskuLab



Více info na: www.amelie-zs.cz

Čím žijeme (v Liberci):

seznámte se s Petrou Kuntošovou

Máme radost z toho, že se daří prohlubovat spolupráci s jinými organizacemi v Liberci, které poskytují služby onkologicky nemocným a jejich blízkým. Jsme moc rády, že například členky organizace Arcus SOP začaly pravidelně využívat plavání Amelie.

A když už mluvíme o spolupráci, další dobrá zpráva je z liberecké nemocnice: informace o našich službách jsou nově k dispozici onkologicky nemocným i na oddělení radioterapie.

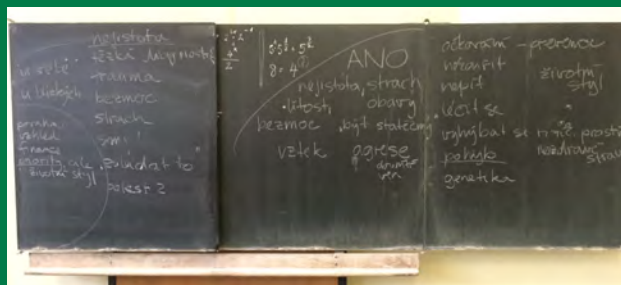


Přihlásila se nám nová, skvělá dobrovolnice a teď společně plánujeme, jak co nejlépe zařadit různé výtvarné a tvořivé aktivity do služeb Amelie tak, aby se nemocní co nejvíce aktivizovali a aby se i díky nim zvyšovala osvěta o službách Amelie mezi veřejností...

Někdy mě trochu mrzí, že lidé váhají a ostýchají se požádat o pomoc a nevyužívají služeb, které by jim jejich těžkou situaci ulehčily. Ve svém nitru vědí, že by pomoc potřebovali, ale nejsou zvyklí ji vyhledat. Ale tohle se v průběhu času mění, pomalu, postupně, ale mění. Je to běh na dlouhou trať, ale každá trať má svůj cíl...

Se školáky o nemoci

Už tři roky se každý podzim setkáváme v posledních třídách základních škol a víceletých gymnázií s dětmi a povídáme si s nimi o tom, co se děje, když někdo v rodině onemocní rakovinou. Většinou takovou zkušenost mají. Na těchto setkáních jim přibližujeme, čím nemocný prochází, jak na něj léčba působí, pouštíme video, kde mluví o dopadu nemoci na rodinný život samotní nemocní. Probíráme situace v rodině, které nemoc přináší. Dětem zadáváme úkoly a ty pak řeší ve skupinách. Odpovídáme na jejich dotazy. **I letos se do škol chystáme.** Z deseti plánovaných akcí zatím proběhla jedna, další připravujeme.



Připravujeme: Skupinová setkání pro blízké onkologických pacientů

10 setkání v období od 11. října do 13. listopadu, každou středu od 18.30 do 20.00 hodin. Místem setkání je Centrum Amelie Praha, Šaldova 15, 186 00 Praha 8. Zažijete podporu skupiny, zájem a pochopení. V bezpečném prostředí můžete mluvit o svých pocitech. Zaměříme se na komunikaci a mezilidské vztahy. Ctíme pravidlo mlčenlivosti a etický kodex EAP. Zda jsou setkání pro vás, zjistí obě strany na individuálním pohovoru. Od účastníků vybíráme 100 Kč za jedno setkání, což nám umožňuje, aby služba byla udržitelná.

Benefiční bazárek Amelie

středa 11. října 2017 od 15 do 18 hodin

Centrum Amelie Olomouc, Horní náměstí č. 5 (Edelmannův palác), 1. patro



Srdčně Vás zveme na druhý letošní Benefiční bazárek Amelie, který opět nabídne oblečení, módní doplňky, šperky, ruční výrobky, knihy i všelijaké milé drobnosti nové i s historií. Bazárek bude navíc součástí akce Dny dobrovolnictví na UP.

Přijďte udělat radost sobě nebo druhým, setkat se s našimi dobrovolníky a podpořit naše aktivity!

Amelie radí přes skype

Amelie nově nabízí konzultace přes skype. Stačí se předem domluvit na dni a čase s pracovníky, mít přístup k internetu a osobní účet na skype a **komunikace může probíhat z domova a ze všech koutů ČR.** Sociální poradenství si domluvte na: 739 004 222, socialni@amelie-zs.cz. Osobní konzultaci si objednejte zde: 739 001 123, amelie@amelie-zs.cz. Jsme vám k dispozici!



Navštivte náš web, zavolejte, napište!

pomáháme žít život s rakovinou

Amelie, z.s. • Šaldova 15, 186 00 Praha 8 - Karlín

tel.: +420 283 880 316 • tel.: +420 739 001 123 • e-mail: amelie@amelie-zs.cz

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